

**MODUL PRAKTIKUM  
KEBIDANAN HOLISTIK ISLAM I**



**DISUSUN OLEH :**

**Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes  
Ns. Tri Hardi MU, S.Kep., MM**

**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MADANI  
YOGYAKARTA**

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaykum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Segala puji bagi Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* yang menentukan qadar setiap makhluk-Nya dan memberikan bimbingan, Dia yang menciptakan pasangan lelaki dan wanita dari air mani jika dipancarkan. Aku bersaksi bahwa tiada Rabb yang hak disembah selain Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* semata, tiada sekutu bagi-Nya. Hanya bagi-Nya segala puji, di akherat maupun di dunia. Dan aku bersaksi bahwa Muhammad adalah hamba dan rasul-Nya. Semoga Allah senantiasa melimpahkan shalawat serta salam sejahtera kepada Nabi Muhammad, sanak keluarga dan para sahabat yang mengikuti beliau hingga akhir zaman. Puji syukur kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan modul “Kebidanan Holistik Islami I”.

Mata kuliah Kebidanan Holistik Islami I (KHI I) merupakan salah satu mata kuliah penciri dalam proses belajar mahasiswa Diploma III Kebidanan STIKes Madani Yogyakarta. Bimbingan terhadap mahasiswa baik menyangkut aspek kognitif, efektif, maupun psikomotor sangat diperlukan. Dalam praktik ini aspek psikomotor mahasiswa dilatih dengan cara menghadapi situasi klien, yang juga ditunjang dengan kemampuan kognitif dan afektifnya.

Untuk menunjang praktikum KHI I disusun modul ini, untuk mengevaluasi ketrampilan mahasiswa. Modul ini berisi materi serta prosedur-prosedur ketrampilan yang harus dikuasai mahasiswa semester IV yang merupakan implementasi praktikum mata kuliah KHI I. Selain itu, modul ini merupakan pedoman pembimbing dalam mengevaluasi kemampuan psikomotor mahasiswa.

Harapan kami, modul ini membawa manfaat bagi mahasiswa maupun pembimbing, kami menyadari modul ini jauh dari sempurna. Segala masukan dan saran yang konstruktif sangat kami harapkan.  
*Wassalamu'alaykum warahmatullahi wabarakatuh.*

Yogyakarta, Januari 2023

Penulis

## **VISI MISI STIKES MADANI YOGYAKARTA**

### **VISI**

Menghasilkan tenaga kesehatan profesional, berakhlak karimah sesuai *manhaj salaf* dan mampu bersaing di tingkat global pada tahun 2030.

### **MISI**

1. Menyelenggarakan pendidikan kesehatan yang profesional berakhlak karimah sesuai *manhaj salaf* yang berdaya saing global.
2. Menyelenggarakan penelitian kesehatan yang berwawasan keislaman untuk megembangkan pendidikan dan pengabdian masysrakat.
3. Melaksanakan pengabdian masyarakat dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

## **VISI MISI STIKES PRODI D III KEBIDANAN**

### **VISI**

Menghasilkan bidan profesional dan berakhlak karimah sesuai *manhaj salaf*.

### **MISI**

1. Menyelenggarakan pendidikan kesehatan yang profesional, berakhlak karimah dan islami sesuai *manhaj salaf*.
2. Menyelenggarakan penelitian yang berwawasan keislaman untuk mengembangkan pendidikan dan pengabdian kepada masyarakat.
3. Menerapkan pengabdian masyarakat dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan masyarakat

## DAFTAR ISI

MODUL PRAKTIKUM .....	1
KATA PENGANTAR .....	2
VISI STIKES MADANI YOGYAKARTA <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
VISI PRODI D III KEBIDANAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
DAFTAR ISI.....	3
DAFTAR CHECKLIST.....	5
I. PENDAHULUAN .....	6
A. Tujuan .....	6
B. Sasaran .....	8
C. Beban sks dan waktu pelaksanaan .....	8
D. Tempat praktik .....	8
E. Metode praktikum .....	8
F. Tugas pengajar .....	8
G. Tugas mahasiswa .....	8
H. Tata tertib .....	8
I. Penilaian.....	9
BAB II.....	11
A. Pengenalan Herbal & Thibbun Nabawi dalam Kebidanan .....	11
B. Praktikum Pembuatan Jamu Untuk Dismenorea.....	20
C. Praktikum Pembuatan Jamu Untuk Emesis Gravidarum .....	25
D. Praktikum Pembuata Jamu Untuk Lancar ASI .....	30
E. Praktikum Pembuatan Jamu Untuk Batuk Pilek dan demam.....	35
F. TITIK KONTRA INDIKASI <i>PRENATAL MASSAGE</i> .....	43
G. <i>PRENATAL MASSAGE</i> .....	47
H. YUMEIHO.....	54
I. GUATSA .....	69
J. AKUPUNKTUR .....	75
K. RUQYAH SYAR'IYYAH.....	81
PENUTUP.....	101

## DAFTAR CHECKLIST

I	Checklist pengenalan bahan herbal & thibun nabawi .....	12
II	Checklist pembuatan jamu dismenorea .....	24
III	Checklist pembuatan jamu emesis gravidarum .....	26
IV	Checklist pembuatan jamu lancar ASI .....	31
V	Checklist pembuatan jamu batuk pilek .....	36
VI	Checklist titik kontraindikasi prenatal massage.....	46
VII	Checklist prenatal massage .....	51
VIII	Checklist yumeiho .....	65
IX	Checklist guatsa .....	73
X	Cheklist akupunktur .....	79
XI	Checklist ruqyah syar'iyah .....	99

## **I. PENDAHULUAN**

Tujuan pendidikan dalam menciptakan manusia seutuhnya sudah tentu mempunyai kemampuan dan keterampilan untuk secara mandiri meningkatkan taraf hidup lahir dan batin serta peran sebagai individu, warga masyarakat, warga Negara dan bertaqwa kepada Allah *Subhanahu Wa Ta'ala*.

Beban SKS untuk mata kuliah Kebidanan Holistik Islami (KHI) adalah 2 SKS, dengan rincian 1 SKS teori, 1 SKS praktikum di laboratorium.

Pelaksanaan strategi pembelajaran yang memadai akan dapat mencakup semua ranah. Pembelajaran praktikum di laboratorium memberikan kesempatan untuk mengaplikasikan teori yang telah didapat dari pembelajaran di kelas, dengan kasus-kasus yang menggunakan pendekatan manajemen kebidanan.

Sehubungan dengan hal tersebut maka pelaksanaan praktikum KHI I diharapkan mahasiswa dapat memiliki kemampuan pengetahuan, sikap, dan psikomotor dalam memberikan asuhan kebidanan kepada klien.

### **A. Tujuan**

#### **1. Tujuan Umum**

Setelah mengikuti pembelajaran praktikum KHI I mahasiswa dapat menerapkan asuhan secara holistik dengan pendekatan langkah-langkah manajemen kebidanan dan pendokumentasiannya, menganalisa secara kritis penerapan

pelayanan kebidanan sesuai kebutuhan, mengidentifikasi peran bidan dan menjelaskan bimbingan kerja antara bidan dan tenaga kesehatan lain.

## 2. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti pembelajaran praktikum di kelas dan laboratorium diharapkan mahasiswa:

- a. Mampu mengidentifikasi bahan-bahan herbal dan thibbun nabawi.
- b. Mampu melakukan pembuatan jamu untuk dismenorhea.
- c. Mampu melakukan pembuatan jamu untuk keluhan mual-muntah dalam kehamilan .
- d. Mampu membuat jamu untuk memperlancar ASI .
- e. Mampu melakukan pembuatan jamu untuk batuk pilek .
- f. Mampu memberikan herbal untuk kondisi demam.
- g. Mampu melakukan fisiodiagnosis (telapak tangan, denyut nadi dan lidah).
- h. Mampu melakukan Ruqyah Syar'iyah.
- i. Mampu melakukan yumeiho.
- j. Mampu melakukan guatsa.
- k. Mampu melakukan akupuntur dalam kebidanan
- l. Mampu melakukan prenatal massage dan titik kontra indikasi dalam massage

## **B. Sasaran**

Mahasiswa tingkat II semester III program D III Kebidanan STIKes Madani Yogyakarta.

## **C. Beban sks dan waktu pelaksanaan**

Beban SKS dalam praktikum ini adalah 1 SKS yang dilaksanakan dalam praktikum di laboratorium.

Praktikum di laboratorium 1 SKS =  $1 \times 14 \times 2 \times 50$  menit = 1400 menit = 28 jam, membutuhkan waktu 14 kali pertemuan.

## **D. Tempat praktik**

Mahasiswa praktik di kelas dan praktikum laboratorium.

## **E. Metode praktikum**

1. Studi kasus dengan *Problem Based Learning*
2. *Responsi*
3. Belajar dengan panthom dengan SCL

## **F. Tugas pengajar**

1. Membimbing mahasiswa dalam kegiatan diskusi.
2. Mengidentifikasi materi untuk pembelajaran laboratorium.
3. Membuat penuntun belajar untuk pembelajaran laboratorium.
4. Membimbing mahasiswa dalam pembelajaran laboratorium.

## **G. Tugas mahasiswa**

Melaksanakan praktikum laboratorium dalam bimbingan pengampu.

## **H. Tata tertib**

Setiap mahasiswa:

1. Datang 15 menit sebelum praktikum dimulai untuk setiap kegiatan (sesuai jadwal).
2. Harus menyiapkan alat dan ruangan praktikum sebelum praktikum dimulai.
3. Wajib mentaati peraturan yang telah ditetapkan.
4. Berpakaian sopan dan sesuai peraturan praktikum serta tidak memakai perhiasan atau make up yang berlebihan.
5. Mengikuti seluruh rangkaian kegiatan praktikum tanpa terkecuali.
6. Mengisi daftar hadir.
7. Bagi mahasiswa yang meninggalkan praktikum harus menyerahkan surat bukti izin/ sakit.
8. Tidak boleh merubah jadwal praktikum, apabila berhalangan dan mengganti praktikum seizin dosen pembimbing.
9. Wajib mengikuti evaluasi dalam setiap pertemuan praktikum klasikal maupun laboratorium.
10. Harus mengumpulkan tugas berkaitan praktikum tepat waktu.

#### **I. Penilaian**

1. Penilaian sikap : 10%
2. Penilaian Responsi : 30%
3. Keaktifan : 10%
4. Keterampilan : 50%



## **BAB II**

### **PEMBELAJARAN**

#### **A. Pengenalan Herbal & Thibbun Nabawi dalam Kebidanan**

### **PENGENALAN BAHAN HERBAL DAN THIBBUN NABAWI DALAM KEBIDANAN**

Di susun oleh : Tegar Maulana, M.Farm, Apt

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### **1. Dasar Teori**

Terapi komplementer dikenal juga sebagai obat tradisional atau obat rakyat , yang terdiri dari pengetahuan yang dikembangkan dari generasi ke generasi dalam berbagai masyarakat sebelum era kedokteran modern. Praktek yang dikenal sebagai obat tradisional termasuk herbal. WHO mendefinisikan obat tradisional sebagai praktik kesehatan, pendekatan, pengetahuan dan keyakinan menggabungkan tanaman, hewan dan obat – obatan berbasis mineral, terapi spiritual, teknik manual dan latihan, diterapkan tunggal atau dalam kombinasi untuk mengobati, mendiagnosa dan mencegah penyakit atau mempertahankan kesehatan/ kesejahteraan. (WHO, 2013). UU RI No.36 Tahun 2009 tentang kesehatan pasal 1 butir 16 menyampaikan bahwa “*Pelayanan kesehatan tradisional adalah pengobatan dan atau perawatan dengan cara dan obat yang*

*mengacu pada pengalaman dan keterampilan turun temurun secara empiris yang dapat dipertanggung jawabkan dan diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat”.* Oleh karena itu diperlukan pencarian literatur herbal dan thibbun nabawi dalam kebidanan sesuai *evidence based practice*.

Thibbun nabawi merupakan pengobatan yang berupa tindakan dan perkataan dari Nabi Muhammad terkait dengan penyakit serta kebersihan (Iqbal Muzaffar, 2007). Thibbun nabawi sangat erat kaitannya dengan pengobatan pengobatan tradisional yang sekarang ini lebih dikenal dengan bahan bahan herbal. Thibbun nabawi tidak hanya membahas mengenai tentang obat tetapi juga membahas tentang tindakan tindakan medis seperti contoh bekam, ruqyah, dll (Muhammad S, 2008).

Bahan bahan herbal merupakan bahan yang berasal dari tumbuhan. Meningkatnya kesadaran pasien akan pengobatan yang lebih aman dibandingkan dengan pengobatan dengan bahan kimia membuat bahan bahan herbal menjadi prioritas pengobatan pada penyakit tertentu. Bahan bahan herbal juga memiliki efek samping yang lebih rendah jika dibandingkan dengan bahan bahan kimia obat sehingga bahan herbal menjadi alternatif utama pada terapi pengobatan suatu penyakit.

Obat herbal adalah obat yang bersifat organik atau alami, sama seperti tubuh kita. Obat herbal murni diambil dari saripati tumbuhan yang mempunyai manfaat untuk pengobatan,

tanpa ada campuran bahan kimia buatan (sintetis) dan tanpa campuran hewan. Obat Herbal harus berasal dari tumbuhan (nabati) misalnya jahe, temulawak, kunyit, bawang putih, ginseng dan lain-lain. Pada jaman sekarang, dengan berkembangnya teknologi kedokteran yang semakin pesat dan banyaknya riset penelitian berkaitan dengan obat-obatan, maka semakin membuka mata kita bahwa ternyata alam secara alami telah menyediakan obat yang berkhasiat untuk berbagai penyakit (sesuai dengan khasiat tanaman obat yang dikenal secara empiris atau secara penelitian). Di Indonesia yang kekayaan hayatinya berlimpah ruah, obat-obatan herbal tidaklah sulit dicari. Walaupun umumnya obat berbahan dasar herbal tidak menimbulkan efek samping negatif, tetapi ada beberapa bahan yang menimbulkan efek samping negatif. Pengobatan herbal lebih dipercaya oleh kebanyakan orang Indonesia karena penggunaan obat kimia sintetis, lambat laun dapat menimbulkan efek samping pada tubuh manusia.

Syarat dalam memilih bahan ramuan tanaman obat (akar, rimpang, umbi, kulit batang, kayu, daun, bunga, buah atau seluruh tanaman):

1. Bahan segar
2. Warna cerah
3. Telah tua/matang/masak sempurna
4. Masih dalam keadaan utuh

5. Tidak rusak oleh serangan ulat/hama dan penyakit lainnya, tidak berjamur atau akar yang berlumut
  6. Buah segar, tidak keriput, kulit batang tidak retak
  7. Daun, bunga, kulit, umbi yang tidak berubah warna atau layu
  8. Penyimpanan simplisia pada tempat yang kering, sejuk (8-15 0 C) dan dalam wadah yang tertutup rapat
- Syarat peralatan yang digunakan untuk membuat

ramuan obat:

1. Periuk (kuali) dari tanah liat atau panic dari bahan gelas/kaca, email atau stainless steel
2. Alat merebus simplisia tidak boleh menggunakan logam, kecuali stainless steel. Alat merebus simplisia sebaiknya terbuat dari kaca, keramik, atau porselen
3. Pisau atau spatula pengaduk yang terbuat dari bahan kayu
4. Saringan dari bahan kain, plastic, nilon, stainless steel atau kassa
5. Jangan menggunakan bahan alumunium, timah atau tembaga karena mudah bereaksi dengan tanaman obat yang berakibat dapat meracuni (mejadi toksik) dan mengurangi khasiat tanaman obat tersebut

### Ukuran dan takaran

1. 1 gelas : 200 cc
2. 1 cangkir : 100 cc
3. 1 jari : 1 jari telunjuk (pengguna)
4. Secukupnya : sesuai kebutuhan
5. 1 genggam setara dengan 80 g bahan segar
6. bahan kering (simplisia) setara dengan 40-60 % dari bahan segar
7. 1 ibu jari setara dengan 8 cm atau 10 g bahan segar
8. 1 cangkir setara dengan 100 mL
9. 1 gelas = 1 gelas belimbing setara dengan 200 mL
10. 1 sendok makan (sdm) setara dengan 15 mL
11. 1 sendok teh (sdt) setara dengan 5 mL

Hal yang perlu diperhatikan dalam meramu:

1. Cuci tangan
2. Siapkan bahan baku yang telah dipilih
3. Menggunakan alat yang bersih
4. Ramuan disimpan/diletakkan pada tempat yang bersih

## 2. Referensi

- a. Muzaffar Iqbal. 2007. Science and Islam. Westport, CT: Greenwood press.

- b. Sholikhin, Muhammad. 2008. Mukjizat dan Misteri Lima Rukun Islam: Menjawab Tantangan Zaman. hal.130-31. Yogyakarta:Penerbit Mutiara Media. ISBN 978-979-8780-17-2
- c. Cambridge Advanced Learners' Dictionary & Thesaurus, Cambridge University Press: headword "Herb" Online version

### **3. Praktikum Pengenalan Bahan Herbal Dan Thibbun Nabawi**

#### a. Judul

Pengenalan Bahan Bahan Herbal dan Thibbun Nabawi

- 1) Kunyit
- 2) Jahe
- 3) Kencur
- 4) Bawang merah
- 5) Temulawak
- 6) Daun katuk
- 7) Daun kelor
- 8) Madu
- 9) Minyak zaitun
- 10) Habbatus sauda'

#### b. Tujuan

- 1) Mahasiswa mampu mengenal dan memahami bahan bahan herbal yang digunakan sebagai pengobatan

- 2) Mahasiswa mampu dan memahami teori serta tindakan Thibbun Nabawi

c. Peralatan

- 1) Perlengkapan laboratorium
- 2) Bahan – bahan Herbal
  - a) Simplisia temulawak
  - b) Simplisia jahe
  - c) Simplisia kencur
  - d) Simplisia Jinten hitam
  - e) Simplisia asam jawa
  - f) Simplisia daun katuk
  - g) Simplisia daun kelor
  - h) Simplisia kunyit
  - i) Simplisia pare
  - j) Simplisia bawang putih
  - k) Simplisia bawang merah
  - l) Dll
- 3) Nampan stainless
- 4) Handuk
- 5) Baskom dengan air hangat

d. Prosedur pelaksanaan

- 1) Menggenakan jas lab dengan baik dan benar
- 2) Mencuci tangan hingga bersih
- 3) Menggunakan sarung tangan

- 4) Memeriksa dan mengamati simplisia bahan bahan herbal
  - 5) Mencuci dan membersihkan tangan
  - 6) Mempersiapkan peralatan bekam
  - 7) Mempersiapkan probandus
  - 8) Mencatat identitas probandus
  - 9) Melakukan bekam sesuai kelihan probandus
  - 10) Mencuci dan membersihkan bagian tubuh setelah dibekam
- e. Checklist Pengenalan bahan bahan herbal dan thibbun nabawi  
Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:
- 0 : Langkah tidak dikerjakan.
  - 1 : Langkah dikerjakan belum benar
  - 2 : Langkah dikerjakan dengan benar

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

No	Aspek yang dinilai	Nilai		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mengamati dan memahami nama bahan bahan herbal dan thibbun nabawi			
6	Mengamati dan memahami bagian bagian dari bahan herbal dan thibbun nabawi			
7	Mampu menghapuskan nama bahan bahan herbal dan thibbun nabawi			
8	Mampu menghapuskan bagian bagian dari bahan herbal dan thibbun nabawi			
9	Mencuci tangan dan mempersiapkan alat set bekam			
10	Memilih dan mencatat identitas probandus			
11	Melakukan bekam dengan baik dan benar			
12	Membersihkan bagian tubuh setelah dilakukan bekam			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

( )

## **B. Praktikum Pembuatan Jamu Untuk Dismenorea**

### **PEMBUATAN JAMU UNTUK DISMENOREA**

Di susun oleh : Tegar Maulana, M.Farm, Apt

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### **1. Dasar Teori**

Pembuatan jamu merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, hal ini merupakan cara yang praktis untuk dapat diaplikasikan untuk pengobatan sendiri. Selain murah, mudah serta cepat prosedur ini dapat menjadi pilihan pengobatan yang dapat dilakukan di rumah. Bahan-bahan yang digunakan juga mudah didapatkan dan proses penanganan bahan-bahan tersebut tergolong mudah dan cepat.

Penggunaan bahan alam sebagai obat tradisional sudah berlangsung sejak ribuan tahun yang lalu terutama di sebagian besar wilayah Asia Tenggara. Pengobatan tradisional ini disebut sebagai *Traditional Medicine of Complementary/Alternative Medicine* (TM/CAM) (WHO, 2004).

Infusa merupakan suatu teknik pembuatan jamu yang sederhana sehingga dapat diaplikasikan dengan mudah. Prosedur pembuatan infusa yaitu menyari simplisia dengan aquades pada

suhu 90°C selama 15 menit (Depkes RI, 1999). Produk yang dihasilkan dengan metode infusa adalah cairan yang dapat diminum, cairan tersebut telah mengandung ekstrak dari simplisia yang direndam sehingga dapat digunakan dalam pengobatan.

Nyeri haid atau dismenore adalah nyeri atau kram di perut bagian bawah, yang muncul sebelum atau sewaktu menstruasi. Pada sebagian wanita, dismenore dapat bersifat ringan, namun pada sebagian lain, dismenore bisa berlebihan hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Dismenore ditandai oleh kram di bagian bawah perut. Kondisi tersebut normal terjadi setiap bulan dan tidak perlu dikhawatirkan, karena merupakan proses yang terjadi secara alami di rahim wanita. Seiring bertambahnya usia, dismenore juga akan menghilang secara bertahap.

Penyebab nyeri haid bisa bermacam-macam. Nyeri haid atau dismenore adalah hal yang sering terjadi pada sebagian besar wanita. Nyeri dapat terasa ringan atau tidak mengganggu. Namun, nyeri haid berat yang dirasakan di masa menstruasi atau nyeri menetap dan semakin berat setelah menstruasi dapat menandakan adanya penyakit atau kondisi tertentu. Nyeri haid umumnya dirasakan sebagian wanita pada awal masa menstruasi. Pada beberapa wanita, rasa sakit di perut bagian bawah ini tidak begitu terasa hingga mereka tetap dapat beraktivitas seperti biasa. Namun, sebagian lain merasakan nyeri yang tidak tertahankan hingga tidak mampu melakukan apa pun.

Kunyit asam diolah dengan bahan utama kunyit dan asam. Salah satunya dapat diolah menjadi rebusan kunyit asam. Rebusan kunyit asam ini memiliki banyak manfaat bagi kesehatan dan biasanya sering digunakan dalam berbagai obat tradisional. Rebusan kunyit asam mempunyai aktivitas antioksidan karena mengandung senyawa fenolik. Juga bermanfaat sebagai analgetika, anti-inflamasi, antioksidan, antimikroba, serta pembersih darah (sri rahma et al, 2012). Begitu juga asam jawa

yang mengandung flavonoid berfungsi sebagai obat penghilang rasa nyeri dan peluruh keringat (Sina, 2012). Rebusan kunyit asam merupakan minuman yang sangat berkhasiat untuk mengurangi rasa sakit saat haid (nyeri haid) (Winarto, 2004).

## **2. Referensi**

- a. World Health Organization (WHO). 2004. Guidelines for the Regulation of Herbal Medicines in the South-East Asia Region (SEAR). New Delhi. WHO. <http://www.searo.who.int/entity/medicines/documents/seatrad.med-82/en/>.
- b. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 1999. Sediaan Galenik. Jakarta. Depkes RI.
- c. Sina, M. Yusuf. 2012. Khasiat super minuman alami tradisional beras kencur & kunyit asam menyehatkan dan menyegarkan tubuh tanpa efek samping. Yogyakarta:Diandra Pustaka Indonesia.
- d. Winarto, W. P. 2004. Khasiat & manfaat kunyit. Jakarta: AgroMedia Pustaka
- e. Sri Rahma Suciani<sup>1</sup> , Sri Utami , Ari Pristiana Dewi. 2012 Efektivitas Pemberian Rebusan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Dismenorea. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau.

## **3. Praktikum**

- a. Judul  
Pembuatan Jamu Untuk Mengurangi Nyeri Haid
- b. Tujuan
  - 1) Mahasiswa mampu mengenal dan memahami kunyit sebagai pengurang nyeri haid
  - 2) Mahasiswa mampu membuat infusa dari simplisia kunyit sebagai pengurang nyeri haid

- 3) Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien aturan pakai infus kunyit dengan baik dan benar
- c. Peralatan
- 1) Perlengkapan laboratorium
  - 2) Sebanyak 1 kg simplisia kunyit yang telah kering
  - 3) Tampah / wadah pengeringan
  - 4) Pisau
  - 5) Nampan
  - 6) Kompor
  - 7) Gelas ukur
  - 8) Stopwatch
  - 9) Saringan
  - 10) Kain berpori
  - 11) Gelas kaca
  - 12) Aquadest
  - 13) Pemanis tambahan (gula batu atau gula jawa)
  - 14) Panci infus
- d. Prosedur Pelaksanaan
- 1) Menggunakan jas lab dengan baik dan benar
  - 2) Mencuci tangan hingga bersih dan menggunakan sarung tangan
  - 3) Memotong simplisia kering
  - 4) Mengukur aquadest dan memasukkan air ke dalam panci infus
  - 5) Memanaskan kompor
  - 6) Mendidihkan panci infus bagian bawah
  - 7) Memasukkan simplisia ke dalam panci infus bagian atas
  - 8) Menunggu hingga 15 menit
  - 9) Menyaring rebusan infus simplisia
  - 10) Menambahkan pemanis lalu diaduk hingga rata
  - 11) Mengkomunikasikan aturan pakai kepada pasien
- e. Checklist pembuatan jamu

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

2 = dilakukan dengan sempurna

Note: untuk pengeringan simplisia dilakukan pada hari sebelumnya

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Mengeringkan simplisia			
7	Mengambil simplisia yang telah kering			
8	Merajang simplisia menjadi bagian bagian kecil			
9	Menakar volume air yang digunakan untuk infus simplisia			
10	Panci bawah menggunakan air biasa dan panci yang atas menggunakan aquadest atau air siap konsumsi.			
11	Mendidihkan panci bagian bawah terlebih dahulu			
12	Meletakkan angas bagian atas dan diberi waktu selama 15 menit (diasumsikan suhu 90°C)			
13	Menyaring air infus simplisia dengan menggunakan kain berpori			
14	Menunggu air infus sampai dingin dan menambahkan pemanis			
15	Menyediakan kepada pasien			

16	Komunikasi kepada pasien tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
17	Feedback pasien untuk komunikasi tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
	Jumlah			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

( )

### **C. Praktikum Pembuatan Jamu Untuk Emesis Gravidarum**

#### **JAMU UNTUK EMESIS GRAVIDARUM**

Di susun oleh : Tegar Maulana, M.Farm, Apt

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### 1. Dasar Teori

Mual biasanya disertai berkering, bertambahnya air liur, dan kontraksi ritmis otot-otot dinding perut. Dalam sumber lain Mual adalah suatu kondisi di mana seseorang mempunyai perasaan yang menekan dan tidak nyaman sebelum muntah, tetapi tidak selalu menyebabkan muntah. Mual setelah makan bisa disebabkan karena berbagai keadaan, misalnya sehabis makan makanan tertentu. Hal ini bisa terjadi baik pada anak-anak maupun orang dewasa. Muntah, yang biasanya mengikuti mual, adalah tindakan tidak terkontrol dan merupakan semburan hebat isi perut. Ini terjadi jika otot sfingter di bagian bawah esofagus melemas dan otot-otot dinding perut mendadak mengerut menekan lambung. Mual dihasilkan oleh rangsang sekelompok sel saraf dalam tak, disebut pusat muntah. Jika rangsangan cukup

hebat, mual akan diikuti oleh muntah. Kadang-kadang merasa mual adalah hal yang tidak perlu dikhawatirkan. Namun, bila sering mual atau berkali-kali mual tanpa alasan yang jelas harus mencari bantuan medis (David Arnot et al, 2009).

Jahe merupakan salah satu jenis rempah-rempah yang banyak ditemukan di Asia Pasifik dan digunakan untuk berbagai keperluan (Sutrisno Koswara , 2008). Di Cina dan Jepang, jahe digunakan sebagai bumbu wajib dalam banyak jenis masakan, karena memberikan aroma yang khas dan rasa yang istimewa pada makanan (Ginger, 2008) Selain itu, jahe banyak digunakan sebagai obat herbal atau jamu karena kandungan bahan-bahan alaminya. Sebagai obat herbal, jahe digunakan untuk mencegah *motion sickness* dan sebagai anti muntah. Khasiatnya sebagai anti-muntah mulai banyak digunakan tidak hanya untuk penderita gastritis, tetapi juga oleh kalangan ibu hamil, karena dianggap mempunyai efek samping yang lebih ringan dibanding obat-obat anti muntah yang beredar di masyarakat. Akan tetapi, jahe juga dikabarkan memiliki efek samping seperti mencegah agregasi trombosit. Hal ini sangat berbahaya, terutama pada kehamilan, karena bisa menyebabkan perdarahan (Backon J, 1991).

## 2. Referensi

- a) David Arnot, dkk (2009). Pustaka Kesehatan Populer Saluran Pencernaan, Volume 4. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer. hlm. 167.
- b) Koswara, Sutrisno. 2008. Jahe, rimpang dengan sejuta khasiat. (Cited October 17th, 2008). Available from: <http://www.Ebookpangan.com/ARTIKEL/JAHE%20RIMPANG%20DENGAN%20BERBAGAI%20KHASIAT.pdf>

- c) Ginger (*Zingiber officinale roscoe*). (Cited October 17th, 2008). Available from URL: <http://www.drugs.com/MTM/ginger.html>
  - d) Backon J. Ginger in preventing nausea and vomiting of pregnancy; a caveat due to its thromboxane synthetase activity and effect on testosterone binding [Letter]. *Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol* 1991;42:163-4.
3. Praktikum
- a) Judul  
Pembuatan Jamu Untuk Mual dan Muntah dalam kehamilan
  - b) Tujuan
    1. Mahasiswa mampu mengenal dan memahami jahe sebagai pereda mual dan muntah
    2. Mahasiswa mampu membuat infusa dari simplisia jahe sebagai pereda mual dan muntah
    3. Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien aturan pakai infus jahe dengan baik dan benar
  - c) Peralatan
    - 1) Perlengkapan laboratorium
    - 2) Sebanyak 1 kg simplisia jahe yang telah kering
    - 3) Tampang / wadah pengeringan
    - 4) Pisau
    - 5) Nampan
    - 6) Kompor
    - 7) Gelas ukur
    - 8) Stopwatch
    - 9) Saringan
    - 10) Kain berpori
    - 11) Gelas kaca
    - 12) Aquadest

13) Pemanis tambahan (gula batu atau gula jawa)

14) Panci infus

d) Prosedur pelaksanaan

1) Mengenakan jas lab dengan baik dan benar

2) Mencuci tangan hingga bersih dan menggunakan sarung tangan

3) Memotong simplisa kering

4) Mengukur aquadest dan memasukkan air ke dalam panci infus

5) Memanaskan kompor

6) Mendidihkan panci infus bagian bawah

7) Memasukkan simplisa ke dalam panci infus bagian atas

8) Menunggu hingga 15 menit

9) Menyaring rebusan infus simplisa

10) Menambahkan pemanis lalu diaduk hingga rata

11) Mengkomunikasikan aturan pakai kepada pasien

e) Checklist

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

2 = dilakukan dengan sempurna

Note: untuk pengeringan simplisia dilakukan pada hari sebelumnya

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2

1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Mengeringkan simplisia			
7	Mengambil simplisia yang telah kering			
8	Merajang simplisia menjadi bagian bagian kecil			
9	Menakar volume air yang digunakan untuk infus			
10	Panci bawah menggunakan air biasa dan panci yang atas menggunakan aquadest atau air siap konsumsi			
11	Mendidihkan panci bagian bawah terlebih dahulu			
12	Meletakkan angsang bagian atas dan diberi waktu selama 15 menit (diasumsikan suhu 90 <sup>0</sup> C)			
13	Menyaring air infus simplisia dengan menggunakan kain berpori			
14	Menunggu air infus sampai dingin dan menambahkan pemanis			
15	Menyediakan kepada pasien			
16	Komunikasi kepada pasien tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
17	Feedback pasien untuk komunikasi tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
	Jumlah			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

## **D. Praktikum Pembuat Jamu Untuk Lancar ASI**

### **JAMU UNTUK LANCAR ASI**

Di susun oleh : Tegar Maulana, M.Farm, Apt

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### 1. Dasar Teori

Menyusui merupakan cara pemberian makan yang diberikan secara langsung oleh ibu kepada anaknya bayi dengan senyaman mungkin (Nugroho dkk, 2014). Resolusi World Health Assembly (WHA) menegaskan bahwa tumbuh kembang anak secara optimal merupakan salah satu hak asasi anak. Modal dasar pembentukan manusia berkualitas dimulai sejak bayi dalam kandungan dilanjutkan dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) (Prawirohardjo, 2013). Menurut Kemenkes RI (2011) menyusui merupakan cara alamiah untuk memberikan makanan dan minuman pada awal kehidupan bayi. Pada masa menyusui kebutuhan gizi ibu perlu diperhatikan karena ibu tidak hanya harus mencukupi kebutuhan dirinya melainkan harus memproduksi Air Susu Ibu (ASI) bagi bayinya (Ni kadek et al, 2017). Lancar asi sangat dibutuhkan oleh ibu khususnya untuk

memenuhi kebutuhan bayi, sehingga digunakan salah satu simplisia bahan alam untuk menunjang lancar asi.

Daun katuk mengandung hampir 7% protein dan 19% serat kasar, vitamin K, pro-vitamin A ( beta karotin, Vitmin B dan C). Mineral yang dikandung adalah Kalsium (2,8%) zat besi, kalium, fisfor dan magnesium. Perlu diketahui bahwa daun katuk ini juga mengandung papaverina, yaitu suatu alkaloid yang juga terdapat pada candu (opium). Konsumsi yang berlebihan dapat menyebabkan efek samping seperti keracunan papaverina. Warna daun katuk yang hijau gelap menunjukkan kadar klorofil yang tinggi. Daun katuk mempunyai sifat yang khas yaitu manis, mendinginkan dan membersihkan darah, khasiat antipiretik dan laktagog (sa'roni et al, 2004).

Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk dikembangkan dalam kuliner ibu menyusui, karena mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek laktagogum). Secara teoritis, senyawa-senyawa yang mempunyai efek laktagogum diantaranya adalah sterol. Sterol merupakan senyawa golongan steroid (Nurmalasari, 2008).

## 2. Referensi

- a) Kemenkes RI. 2011. Makanan Sehat Ibu Menyusui.
- b) Prawirohardjo. 2013. Ilmu Kebidanan Edisi Keempat. Jakarta: PT Bina Pustaka Prawirohardjo.
- c) Nugroho dkk. 2014. Buku Ajar Asuhan Kebidanan 3 Nifas. Jakarta: Nuha Medika.
- d) Ni Kadek Radharisnawati, Rina Kundre, Linnie Pondaag. 2017. Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancaran Air Susu Ibu (Asi) pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahu Kota Manado. e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 1. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.

- e) Sa'roni, dkk. 2004. Effectiveness of the Sauropus Androgynus (L.) Meer Leaf Extract In Increasing Mother's Breast Milk Production, Media Litbangkes Vol XIV No 3
- f) Nurmalasari, M.D. 2008. Isolasi kandungan senyawa daun sauropus androgynus (L.) Merr (isolat fraksi n-heksana : etil asetat = 80:20). Undergraduate Theses of Airlangga University

### 3. Praktikum

#### a) Judul

Pembuatan Jamu Untuk melancarkan ASI

#### b) Tujuan

- 1) Mahasiswa mampu mengenal dan memahami simplisia daun katuk dan daun kelor sebagai pelancar asi
- 2) Mahasiswa mampu membuat infusa dari simplisia daun katuk dan daun kelor sebagai pelancar asi
- 3) Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien aturan pakai infus daun katuk dan daun kelor dengan baik dan benar

#### c) Peralatan

- 1) Perlengkapan laboratorium
- 2) Sebanyak 1 kg simplisia daun kelor dan daun katuk yang telah kering
- 3) Tampah / wadah pengeringan
- 4) Pisau
- 5) Nampan
- 6) Kompor
- 7) Gelas ukur
- 8) Stopwatch
- 9) Saringan
- 10) Kain berpori
- 11) Gelas kaca

- 12) Aquadest
  - 13) Pemanis tambahan (gula batu atau gula jawa)
  - 14) Panci infus
- d) Prosedur pelaksanaan
- 1) Menggunakan jas lab dengan baik dan benar
  - 2) Mencuci tangan hingga bersih dan menggunakan sarung tangan
  - 3) Memotong simplisa kering
  - 4) Mengukur aquadest dan memasukkan air ke dalam panci infus
  - 5) Memanaskan kompor
  - 6) Mendidihkan panci infus bagian bawah
  - 7) Memasukkan simplisa ke dalam panci infus bagian atas
  - 8) Menunggu hingga 15 menit
  - 9) Menyaring rebusan infus simplisa
  - 10) Menambahkan pemanis lalu diaduk hingga rata
  - 11) Mengkomunikasikan aturan pakai kepada pasien
- e) Checklist
- Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:
- 0 = tidak dilakukan sama sekali
- 1 = dilakukan tetapi kurang sempurna
- 2 = dilakukan dengan sempurna
- Note: untuk pengeringan simplisia dilakukan pada hari sebelumnya

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Mengeringkan simplisia			
7	Mengambil simplisia yang telah kering			
8	Merajang simplisia menjadi bagian bagian kecil			
9	Menakar volume air yang digunakan untuk infus simplisia			
10	Panci bawah menggunakan air biasa dan panci yang atas menggunakan aquadest atau air siap konsumsi.			
11	Mendidihkan panci bagian bawah terlebih dahulu			
12	Meletakkan angsang bagian atas dan diberi waktu selama 15 menit (diasumsikan suhu 90°C)			
13	Menyaring air infus simplisia dengan menggunakan kain berpori			
14	Menunggu air infus sampai dingin dan menambahkan pemanis			

15	Menyediakan kepada pasien			
16	Komunikasi kepada pasien tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
17	Feedback pasien untuk komunikasi tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
	Jumlah			

Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)

Bantul, .....

Penguji,

( )

## E. Praktikum Pembuatan Jamu Untuk Batuk Pilek dan demam

### JAMU UNTUK BATUK PILEK DAN DEMAM

Di susun oleh : Tegar Maulana, M.Farm, Apt

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### 1. Dasar Teori

Batuk bukanlah suatu penyakit. Batuk merupakan mekanisme pertahanan tubuh di saluran pernapasan dan merupakan gejala suatu penyakit atau reaksi tubuh terhadap iritasi di tenggorokan karena adanya lendir, makanan, debu, asap dan sebagainya. Batuk terjadi karena rangsangan tertentu, misalnya debu di reseptor batuk (hidung, saluran pernapasan, bahkan telinga). Kemudian reseptor akan mengalirkan lewat saraf ke pusat batuk yang berada di otak. Di sini akan memberi sinyal kepada otot-otot tubuh untuk

mengeluarkan benda asing tadi, hingga terjadilah batuk (Handbook Clinical Microbiology, 2007).

Pilek, biasa juga dikenal sebagai nasofaringitis, rinofaringitis, koriza akut, atau selesma, merupakan penyakit menular yang disebabkan virus pada sistem pernapasan yang terutama menyerang hidung (Arrol, 2011). Tenggorokan, sinus, dan kotak suara juga dapat terpengaruh. Tanda dan gejala mungkin muncul kurang dari dua hari setelah paparan (Allan, 2014), itu termasuk batuk, sakit tenggorokan, rhinorrhea, bersin, sakit kepala, dan demam. Orang biasanya sembuh dalam tujuh sampai sepuluh hari. Beberapa gejala dapat berlangsung hingga tiga minggu. Pada orang-orang dengan masalah kesehatan lainnya, pneumonia kadang-kadang berkembang (Mourtzoukou, 2007).

Demam adalah suatu keadaan saat suhu badan melebihi 37 °C yang disebabkan oleh penyakit atau peradangan. Demam juga merupakan pertanda bahwa sel antibodi manusia (sel darah putih) sedang melawan suatu virus atau bakteri. Anak yang memiliki suhu tinggi karena suhu tinggi berkepanjangan dapat menyebabkan sawan. Demam yang melebihi 3 hari mungkin merupakan malaria atau penyakit yang disebabkan oleh nyamuk lainnya. Demam memang menjadi sebuah masalah yang hampir semua orang pasti mengalaminya, bahkan gejala demam ini telah memakan banyak korban jika tidak ditangani dengan baik. Ada

banyak sekali cara yang dapat digunakan untuk menurunkan suhu tubuh saat demam ( Allan et al, 2005). Salah satunya adalah minum air hangat, tempelkan handuk basah di bagian kepala atau dahi sebagai kompres, mandi air hangat serta beristirahat total ataupun mengkonsumsi makanan bergizi.

Jahe merupakan salah satu jenis rempah-rempah yang banyak ditemukan di Asia Pasifik dan digunakan untuk berbagai keperluan (Sutrisno Koswara , 2008). Di Cina dan Jepang, jahe digunakan sebagai bumbu wajib dalam banyak jenis masakan, karena memberikan aroma yang khas dan rasa yang istimewa pada makanan (Ginger, 2008) Selain itu, jahe banyak digunakan sebagai obat herbal atau jamu karena kandungan bahan-bahan alaminya. Sebagai obat herbal, jahe digunakan untuk mencegah *motion sickness* dan sebagai anti muntah. Khasiatnya sebagai anti-muntah mulai banyak digunakan tidak hanya untuk penderita gastritis, tetapi juga oleh kalangan ibu hamil, karena dianggap mempunyai efek samping yang lebih ringan dibanding obat-obat anti muntah yang beredar di masyarakat. Akan tetapi, jahe juga dikabarkan memiliki efek samping seperti mencegah agregasi trombosit. Hal ini sangat berbahaya, terutama pada kehamilan, karena bisa menyebabkan perdarahan (Backon J, 1991).

Bawang putih (*Allium sativum*) adalah tanaman herba semusim berumpun yang mempunyai ketinggian sekitar 60 cm. Bawang putih banyak ditanam di ladang-ladang di daerah

pegunungan yang cukup mendapat sinar matahari. Bawang putih adalah tanaman dari *Allium* sekaligus nama dari umbi yang dihasilkan. Umbi dari tanaman bawang putih merupakan bahan utama untuk bumbu dasar masakan Indonesia (Rahmawati, 2012, Hlm. 1-3). Bawang putih termasuk kedalam tumbuhan berumbi lapis atau disebut juga dengan tumbuhan siung yang bersusun. Bawang putih tumbuh secara berumpun dan berdiri tegak sampai 30 – 75 cm, bawang putih ini memiliki batang yang semu yang terbentuk dari pelepah-pelepah daun. Helaiannya mirip pita, berbentuk pipih dan memanjang. Bawang memiliki akar berupa serabut-serabut kecil yang berjumlah banyak. Setiap daun bawang putih terdiri dari sejumlah anak bawang (siung) dimana setiap siungnya terbungkus kulit tipis yang berwarna putih (Untari, 2010).

Kunyit merupakan salah satu jenis tanaman obat yang banyak memiliki manfaat dan banyak ditemukan di wilayah Indonesia. Kunyit merupakan jenis rumput – rumputan, tingginya sekitar 1 meter dan bunganya muncul dari puncak batang semu dengan panjang sekitar 10 – 15 cm dan berwarna putih. Umbi akarnya berwarna kuning tua, berbau wangi aromatis dan rasanya sedikit manis. Bagian utamanya dari tanaman kunyit adalah rimpangnya yang berada didalam tanah. Rimpangnya memiliki banyak cabang dan tumbuh menjalar, rimpang induk biasanya berbentuk elips dengan kulit luarnya berwarna jingga kekuning –

kuningan (Hartati & Balitro., 2013). Senyawa kimia utama yang terkandung dalam kunyit adalah kurkuminoid atau zat warna, yakni sebanyak 2,5 – 6%. Pigmen kurkumin inilah yang memberi warna kuning orange pada rimpang (Winarto, 2003). Salah satu fraksi yang terdapat dalam kurkuminoid adalah kurkumin. Komponen kimia yang terdapat didalam rimpang kunyit diantaranya minyak atsiri, pati, zat pahit, resin, selulosa dan beberapa mineral. Kandungan minyak 7 atsiri kunyit sekitar 3 – 5%. Disamping itu, kunyit juga mengandung zat warna lain, seperti monodesmetoksikurkumin dan bidesmetoksikurkumin, setiap rimpang segar kunyit mengandung ketiga senyawa ini sebesar 0,8% (Winarto, 2003).

## 2. Referensi

- a) Clinical Microbiology procedures handbook. 2007. American Society for Microbiology 2nd Ed. 2007 update
- b) Allan H.Ropper, M.D. and Robert H. Brown, D.Phil., M.D. 2005. Neurology 8th edition. Mc graw hill companies inc.
- c) Allan, GM; Arroll, B. 2014. "Prevention and treatment of the common cold: making sense of the evidence". CMAJ : Canadian Medical Association. 186 (3): 190–9. doi:10.1503/cmaj.121442
- d) Arroll, B. 2011. "Common cold". Clinical evidence: Common colds are defined as upper respiratory tract infections that affect the predominantly nasal part of the respiratory mucosa
- e) Mourtzoukou, EG. 2007. "Exposure to cold and respiratory tract infections". The international journal of tuberculosis and

lung disease : the official journal of the International Union against Tuberculosis and Lung Disease

- f) Ginger (*Zingiber officinale roscoe*). 2008. Cited October 17th, 2008, Available from URL: <http://www.drugs.com/MTM/ginger.html>
- g) Backon J. 1991. Ginger in preventing nausea and vomiting of pregnancy; a caveat due to its thromboxane synthetase activity and effect on testosterone binding [Letter]. *Eur J Obstet Gynecol Reprod Biol* 1991;42:163-4.
- h) Untari, Ida. 2010. “Bawang Putih Sebagai Obat Paling Mujarab Bagi Kesehatan”. *Jurnal Gaster*, Vol.7 (1). Hal: 547 – 554.
- i) Rahmawati, R. 2012. *Keampuhan Bawang Putih Tunggal (Bawang Lanang)*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- j) Hartati, S.Y., Balitro. 2013. *Khasiat Kunyit Sebagai Obat Tradisional dan Manfaat Lainnya*. *Warta Penelitian dan Pengembangan Tanaman Industri. Jurnal Puslitbang Perkebunan*. 19 : 5 - 9.
- k) Winarto W. P. 2003. *Khasiat dan Manfaat Kunyit*. Agromedia Pustaka. Jakarta.

### 3. Praktikum

- a) Judul  
Pembuatan Jamu Untuk batuk, pileg, serta demam
- b) Tujuan
  - 1) Mahasiswa mampu mengenal dan memahami simplisia jahe, bawang putih, serta rimpang kunyit sebagai pereda batuk, pileg, dan demam .
  - 2) Mahasiswa mampu membuat infusa dari simplisia jahe, bawang putih, serta rimpang kunyit sebagai pereda batuk, pileg, dan demam.

- 3) Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien aturan pakai infus jahe, bawang putih, serta rimpang kunyit dan daun kelor dengan baik dan benar.
- c) Peralatan
- 1) Perlengkapan laboratorium
  - 2) Sebanyak 1 kg simplisia jahe, bawang putih, serta rimpang kunyit yang telah kering
  - 3) Tampah / wadah pengeringan
  - 4) Pisau
  - 5) Nampan
  - 6) Kompor
  - 7) Gelas ukur
  - 8) Stopwatch
  - 9) Saringan
  - 10) Kain berpori
  - 11) Gelas kaca
  - 12) Aquadest
  - 13) Pemanis tambahan (gula batu atau gula jawa)
  - 14) Panci infus
- d) Prosedur pelaksanaan
- 1) Menggenakan jas lab dengan baik dan benar
  - 2) Mencuci tangan hingga bersih dan menggunakan sarung tangan
  - 3) Memotong simplisia kering
  - 4) Mengukur aquadest dan memasukkan air ke dalam panci infus
  - 5) Memanaskan kompor
  - 6) Mendidihkan panci infus bagian bawah
  - 7) Memasukkan simplisia ke dalam panci infus bagian atas
  - 8) Menunggu hingga 15 menit
  - 9) Menyaring rebusan infus simplisia
  - 10) Menambahkan pemanis lalu diaduk hingga rata

- 11) Mengkomunikasikan aturan pakai kepada pasien
- e) Checklist
- Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

2 = dilakukan dengan sempurna

Note: untuk pengeringan simplisia dilakukan pada hari sebelumnya

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Mengeringkan simplisia			
7	Mengambil simplisia yang telah kering			
8	Merajang simplisia menjadi bagian bagian kecil			
9	Menakar volume air yang digunakan untuk infus			
10	Panci bawah menggunakan air biasa dan panci yang atas menggunakan aquadest atau air siap konsumsi.			

11	Mendidihkan panci bagian bawah terlebih dahulu			
12	Meletakkan anggang bagian atas dan diberi waktu			
13	Menyaring air infus simplisia dengan menggunakan kain berpori			
14	Menunggu air infus sampai dingin dan menambahkan pemanis			
15	Menyediakan kepada pasien			
16	Komunikasi kepada pasien tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
17	Feedback pasien untuk komunikasi tentang aturan pakai dan cara menggunakan			
	Jumlah			

Nilai = nilai yang didapat x 100%

(jumlah aspek yang dinilai x 2)

Bantul, .....

Penguji,

( )

## F. TITIK KONTRA INDIKASI *PRENATAL MASSAGE*

### TITIK KONTRAIKASI *PRENATAL MASSAGE*

Di susun oleh : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### 1. Dasar Teori

“*Massage* dalam Bahasa Arab dan Perancis berarti menyentuh atau meraba. *Massage* termasuk salah satu jenis

pengobatan alternatif dalam kelompok terapi fisik. Dalam Bahasa Indonesia massage disebut sebagai pijat atau urut.”

Kontra indikasi dalam pemijatan prenatal massage ada 2 area yaitu abdominal dan leg. Meskipun pemijatan perut secara lembut dapat dilakukan secara aman pada sebagian besar wanita hamil, beberapa terapis lebih memilih untuk menghindari pemijatan perut pada wanita hamil selama trimester pertama untuk memastikan keselamatan pasien. Di samping hal tersebut, untuk pasien dengan risiko tinggi keguguran atau persalinan prematur, sebagai pertimbangan medis lebih baik tidak dilakukan pemijatan bagian perut selama kehamilan. Jika wanita menemukan tanda-tanda komplikasi dari hal-hal tersebut, sebaiknya segera berkonsultasi dengan penyedia layanan kesehatan sebelum melakukan proses pemijatan. Wanita hamil sering mengeluh nyeri pada bagian kaki, sehingga mendorong wanita untuk melakukan pemijatan pada bagian kakik. Sebagai bentuk kepedulian dan terapis yang bertanggung jawab, kita harus mengetahui kebutuhan pasien dengan tetap menghormati batasan fisiologi untuk memberikan pemijatan kaki yang aman bagi wanita hamil. Pengulangan terhadap teknik tertentu terutama di kaki bagian samping, berpotensi membawa risiko yang cukup tinggi seperti halnya praktik pijat di Swedia sebelum tahun 1985 yang menganggap bahwa kehamilan adalah sebuah kontraindikasi mutlak untuk pemijatan pada semua bagian tubuh. Sebagian besar

buku referensi memberikan sedikit atau tidak ada sama sekali rasionalisasi untuk kontraindikasi pijatan. Dengan pemahaman yang kuat tentang perubahan system sirkulasi pada kehamilan, sebenarnya seorang terapis pijat dapat memberikan pijatan kaki yang aman untuk seorang wanita. Kontra indikasi keadaan pijatan adalah Perdarahan, Demam, Mual, Diare, Inflamasi vaskuler akut (phlebitis), Hipertensi, Pneumonia akut, Penyakit infeksi, Diabetes dengan komplikasi; gangguan ginjal dan kanker.

## **2. Referensi**

Melyana NW, Kusmini S, Sutarmi, 2018, *zoving pregnancy massage*, Semarang: Indonesian Holistic Care Association.

## **3. Praktikum Titik Kontraindikasi *Prenatal Massage***

### a. Judul

Titik Kontraindikasi *Prenatal Massage*

### b. Tujuan

- 1) Mahasiswa mampu mengetahui kontraindikasi *prenatal massage*.
- 2) Mahasiswa mampu menentukan letak titik kontraindikasi dalam *prenatal massage*.

### c. Peralatan

- 1) Phantom/probandus
- 2) Selimut atau kain

d. Prosedur pelaksanaan

- 1) Mengucapkan basmallah dan meluruskan niat dalam tindakan
- 2) Menggenakan jas lab dengan baik dan benar
- 3) Mempersiapkan ruang dan alat
- 4) Memposisikan klien dalam posisi yang nyaman
- 5) Menentukan titik kontra indikasi pijatan

e. Checklist Titik Kontraindikasi *Prenatal Massage*

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

- 0 : Langkah tidak dikerjakan.  
1 : Langkah dikerjakan belum benar  
2 : Langkah dikerjakan dengan benar

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

No	Aspek yang dinilai	Nilai		
		0	1	2
1	Mengucapkan basmallah dan meluruskan niat dalam tindakan			
2	Menggenakan jas lab dengan baik dan benar			
3	Mempersiapkan ruang dan alat			
4	Memposisikan klien dalam posisi yang nyaman			

5	Menentukan titik kontra indikasi pemijatan			
	a. Gall bladder 21			
6	b. Kidney 1			
7	c. Large instine 4			
8	d. Spleen 6			
9	e. Spleen 10			
10	f. Liver 3			
11	g. Bladder 67			
12	h. Ovary reflex			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

( )

## **G. PRENATAL MASSAGE**

### ***PRENATAL MASSAGE***

Di susun oleh : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### 1. Dasar Teori

*Loving massage* adalah salah satu terapi holistik yang diawali dengan relaksasi pernafasan kemudian berdoa kepada Tuhan memohon kesejahteraan *body, mind, dan spirit*, dilanjutkan dengan memunculkan rasa peduli, mencintai dan penuh kasih pijat pada ibu dengan tulus. Teknik pijat dilakukan dengan cara *effleurage, petrissage, acupressure*, dan *love kneading* pada bagian tubuh ttt untuk meningkatkan sirkulasi dan relaksasi. Manfaat *pregnancy massage* adalah:

- a) Mengurangi nyeri
- b) Meningkatkan relaksasi
- c) Meningkatkan pola tidur mendukung kesehatan uterus
- d) Membantu mengurangi oedema
- e) Mengurangi ketegangan, stress dan kecemasan
- f) Memperbaiki perubahan postur tubuh pada kehamilan
- g) Menciptakan hubungan yang harmonis antara ibu dan bayi
- h) Mengurangi nyeri punggung, bahu dan leher pada ibu hamil dan kondisi otot secara umum pada kehamilan
- i) Membantu menstabilkan perubahan hormonal dan tekanan darah
- j) Mengurangi mual, merangsang aktifitas peristaltik
- k) Mendorong bernaps lebih dalam, meningkatkan respirasi internal
- l) Mengurangi ketegangan otot, mengembalikak keseimbangan postur tubuh, menormalkan berbagai gerak sendi

- m) Mempercepat sirkulasi vena dan getah bening, membawa nutrisi ke jaringan dan menghilangkan produk-produk racun dari tubuh, mengurangi pembengkakan, meredakan varises, menormalkan tekanan darah
- n) Mengangkat suasana hati atau *mood*, mendorong perawatan ibu yang penuh kasih
- o) Mempersiapkan fisik, emosional dan mental ibu untuk menghadapi nifas.

Posisi pemijatan bisa dilakukan bisa dilakukan dengan *supinasi* (terlentang), *sidelying* (menyamping) dan *seated* (duduk). Faktor yang harus diperhatikan dalam loving massage

- a) Terapis harus bertanya apakah klien menyukai usapan karena beberapa klien tidak menyukai.
- b) Perlu diperhatikan kemungkinan adanya alergi atau kulit mudah terangsang, sebelum memberikan lotion atau oil.
- c) Hindari untuk melakukan masase pada area kemerah-merahan, kecuali bila kemerahan tersebut hilang sewaktu dimasase
- d) Identifikasi juga faktor-faktor atau kondisi seperti fraktur tulang rusuk atau vertebra, luka bakar, daera kemerahan pada kulit, atau luka terbuka yang menjadi kontraindikasi untuk massage punggung

## 2. Referensi

Melyana NW, Kusmini S, Sutarmi, 2018, *zoving pregnancy massage*, Semarang: Indonesian Holistic Care Association.

### 3. Praktikum

#### f) Judul

*Prenatal Massage*

#### g) Tujuan

4. Mahasiswa mampu mengetahui manfaat pemijatan pada ibu hamil
5. Mahasiswa mampu melakukan pemijatan pada ibu hamil

#### h) Peralatan

- 15) Bed
- 16) Bantal 3
- 17) Sprei warna putih
- 18) Selimut/sarung
- 19) Minyak zaitun 15 mL
- 20) Phantom/probandus

#### i) Prosedur pelaksanaan

- 12) Anamnesa
- 13) Doa bersama
- 14) Relaksasi nafas bagi terapis dan klien untuk melakukan netralisasi emosi dan menghadirkan rasa cinta, kasih serta peduli dengan tulus
- 15) Persiapan alat : *massage table*, sprei putih, selimut, bantal tiga buah, bantal kehamilan, diffuser aromaterapi, *vegetable oil (sun flower oil)* dan *essensial oil (20mL)*, dan handuk
- 16) Persiapan terapis
- 17) Persiapan lingkungan
- 18) Pemijatan area punggung -gluteal
- 19) Pemijatan area lengan
- 20) Pemijatan daerah paha

- 21) Pemijatan daerah betis
- 22) Memberitahu klien jika pemijatan sudah selesai dan berterimakasih atas kerjasama klien
- 23) Mendokumentasikan hasil

j) Checklist *prenatal massage*

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

2 = dilakukan dengan sempurna

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Anamnesa			

2	Doa bersama			
3	Relaksasi nafas bagi terapis dan klien untuk			
4	Persiapan alat : <i>massage table</i> , spreng putih, selimut,			
5	Persiapan terapis			
6	Persiapan lingkungan			
7	Meminta ibu miring pada salah satu sisi dan membuka selimut pada daerah punggung hingga ke gluteal			
8	Pemijatan area punggung -gluteal			
	a) Peregangan dengan still touch dan <i>effleurage</i> pada bagian punggung dari bawah keatas dan kembali kebawah			
9	b) <i>Love kneading</i> dari gluteal ke punggung dan			
10	c) <i>Diagonal strokes</i>			
11	d) <i>Twiddling thumbs</i> dari <i>gluteal</i> ke punggung dan bahu			
12	e) <i>Circular thumbs</i> area <i>gluteal</i>			
13	f) <i>Cross frictional therapy</i> area <i>gluteal</i>			
14	g) <i>Chisel fist</i> dari <i>gluteal</i> ke punggung dengan satu tangan dan dua tangan bergantian			
15	h) <i>Deeper cross friction therapy</i> area <i>gluteal</i>			
16	i) <i>Elbow</i> teknik			
17	j) <i>effleurage</i>			
18	Pemijatan area lengan			
	a. <i>Still touch</i>			
19	b. <i>effleurage</i>			
20	c. <i>V stroke</i>			
21	d. <i>Love kneading</i>			
22	e. <i>Leaf stroke</i>			
23	f. <i>Chisel fist</i>			
24	g. <i>Effleurage</i>			
25	h. <i>Leaf stroke on top hand</i>			

26	i. <i>Finger roll</i>			
27	Pemijatan daerah paha			
	a. <i>Still touch</i>			
28	b. <i>Effleurage</i>			
29	c. <i>V stroke</i>			
30	d. <i>Kneading hamstring</i>			
31	e. <i>Kneading quadriceps</i>			
32	f. <i>Leaf stroke</i>			
33	g. <i>Chisel fist</i>			
34	h. <i>Splitting hamstrings</i>			
35	i. <i>Criss-cross</i>			
36	j. <i>Compression</i>			
37	k. <i>Effleurage</i>			
38	Pemijatan daerah betis			
	a. <i>effleurage</i>			
39	b. <i>V stroke</i>			
40	c. <i>Love kneading</i>			
41	d. <i>Leaf stroke</i>			
42	e. <i>Chisel fist</i>			
43	f. <i>Effleurage</i>			
44	g. <i>Pumping</i>			
45	h. <i>Massage dengan lembut pada punggung kaki</i>			
46	i. <i>Chisel fist telapak kaki</i>			
47	j. <i>Lift arch</i>			
48	Melakukan pemijatan pada area sisi sebelahnya			
49	Memberitahu klien jika pemijatan sudah selesai dan berterimakasih atas kerjasama klien			
50	Mendokumentasikan hasil			
	Jumlah			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

( )

## **H. YUMEIHO**

### **YUMEIHO**

Di susun oleh : Hajar Hajar Qurunfully Ashfi, A.Md.Keb  
Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

## 1. Dasar Teori

Terapi yumeiho adalah suatu metode untuk membetulkan tulang-tulang seluruh tubuh, mengendorkan otot-otot dan jaringan sel-sel organik, serta secara radikal menghilangkan penyakitnya dengan tulang panggul sebagai pusatnya. Otak manusia mengirim energi ke seluruh tubuh melalui sistem saraf pada sepanjang tulang belakang. Dan apabila terjadi dislokasi vertebra pada tulang belakang bisa membentuk blokade secara fisik yang mengganggu transmisi rangsangan saraf. Intervensi pada saraf yang disebabkan oleh dislokasi pada tulang belakang ini disebut subluksasi (subluxation). Jika subluksasi disingkirkan, keseimbangan tulang belakang akan diperbaiki dan kedalaman saraf akan normal kembali.

Tulang belakang disebut juga dengan spina adalah penyangga utama seluruh tubuh. Tulang belakang terbentuk dari serangkaian tulang yang sangat teratur yang saling terpisah yang disebut vertebra, yang terbagi menjadi 3 bagian :

- a. **Vertebra Cervical (*Vertebrae cervicales*)**, yang terdiri dari 7 vertebra, ia berada dipuncak tulang belakang. Pada celah vertebra ini secara teratur muncul pleksus cervical (anyaman saraf leher). Dislokasi pada bagian ini menyebabkan masalah-masalah :

§ Masalah tidur	§ Tonsil	§ Sinus
§ Tekanan darah	§ Otot leher kaku	§ Alergi
§ Sakit kepala	§ Tiroid	§ Gangguan mata
§ Ingatan	§ Masalah sendi bahu	& telinga
§ Keletihan	§ Radang sendi	§ Mual
§ Pusing	§ Belikat	§ Batuk
		§ Adenoid

- b. **Vertebra Torakal (*vertebrae thoracales*)**, Terdiri dari 12 vertebra. Vertebra torakal, dibanding vertebra cervical lebih

besar. Pada vertebra torakal ini menempel tulang iga (costa). Pada celah-celah vertebra torakal ini muncul pleksus thoracales (anyaman saraf punggung). Dislokasi pada vertebra ini akan menyebabkan masalah-masalah :

☒ Asma	☒ Hepatitis	☒ Darah
☒ Gangguan pernafasan	☒ Masalah	rendah
☒ Sakit bahu	peredaran darah	☒ Alergen
☒ Lengan	☒ Perut	☒ Keletihan
☒ Jantung	☒ Pencernaan	☒ Nefritis
☒ Organ kawasan dada	☒ Saraf	☒ Ginjal
☒ Bronkitis	☒ Gastrik	☒ Kulit
☒ Gangguan empedu	☒ Limfatik	☒ Rematik

c. **Vertebre Lumbar/lumbal** (vertebra lumbales, ruas tulang belakang pinggang), Terdiri dari 5 vertebra lumbal. Vertebra lumbal adalah yang paling berat dari semua vertebra dan memikul sebagian besar dari badan kita. Pada celah-celah vertebra lumbal ini muncul plexus lumbosacralis (pleksus lumbosakral/ anyaman saraf pinggang dan kelangka). Dislokasi pada bagian ini menyebabkan masalah :

- Usus besar
- Kejang betis
- Pembuluh darah & peredaran
- Gangguan kencing
- Lemah tenaga
- Haid tidak normal
- Keputihan
- Kejang

**Sistem Saraf terdiri atas 3 sistem yang tumpang tindih :**

- a. Sistem saraf sentral/pusat, yang terdiri atas otak dan sumsum tulang belakang .
- b. Sistem saraf otonomik, yang mengontrol fungsi tubuhan berjalan secara otomatis seperti kerja jantung dan pencernaan serta enzim.
- c. Sistem saraf perifer, yang menghubungkan sistem saraf pusat keseluruhan jaringan tubuh dan otot.

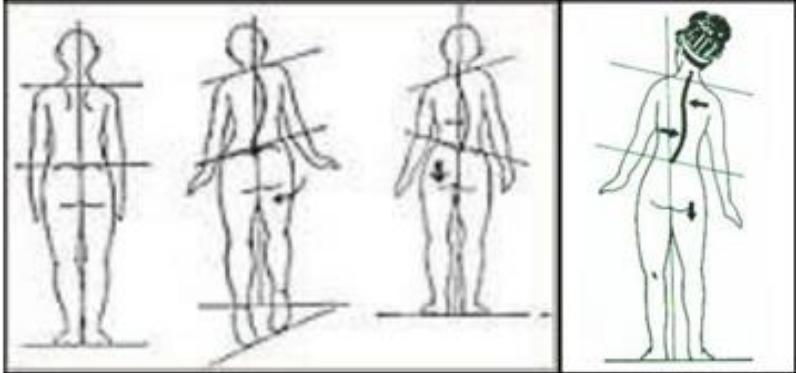
Jika terjadi dislokasi pada vertebra, saraf setempat akan mendapat tekanan. Akibatnya, saraf tersebut tidak bisa berfungsi dengan normal. Dan ini bisa menyebabkan disfungsi, ketidakseimbangan atau disharmoni dan penyakitpun timbul. Oleh karena itu setiap cedera atau ada perubahan struktural pada tulang belakang sangat mempengaruhi kesehatan.

2. Etiologi

- a. Ibu hamil
- b. Trauma lahir (cara menyambut anak ketika kelahiran)
- c. Kecelakaan
- d. Duduk yang lama terutama di atas kendaraan
- e. Duduk atau dalam posisi yang tidak betul
- f. Tidur pada kasur yang tidak berkualitas
- g. Cedera saat mengangkat barang yang berat
- h. Cedera jatuh ketika kecil
- i. Bantal tidur yang sangat tinggi
- j. Obesitas
- k. Kurangnya konsumsi air minum

3. Tipe dislokasi tulang pinggul

Pada dasarnya garis bahu dan tulang pinggul manusia adalah horizontal, baik itu sedang berdiri ataupun duduk.



a. Stadium I

Tulang pinggul yang melintir ke belakang dengan tulang pinggul kanan lebih tinggi daripada yang kiri mengakibatkan bahu kanan lebih rendah dari bahu kiri dan kaki kanan lebih pendek daripada kaki yang kiri, dan sebaliknya

b. Stadium II

Apabila dislokasi sudah berlangsung lama dan mengakibatkan kelemahan pada salah satu kaki. Hal ini dipengaruhi akibat ketidak simetrisan antara kedua kaki yang membuat penekanan titik beban berat hanya pada salahsatu kaki.

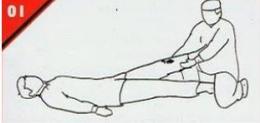
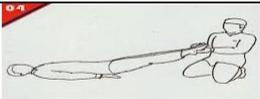
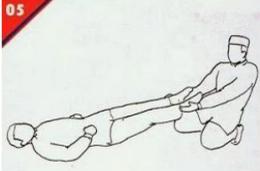
c. Stadium III

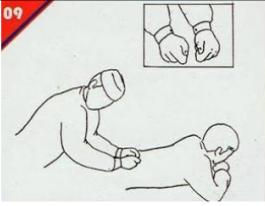
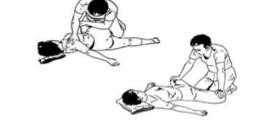
Tipe dislokasi tulang pinggul serius, sebab berat badan bergantian bergeser dari kaki kanan ke kaki kiri dan kaki kiri bergeser ke kaki kanan, yang menyebabkan tulang belakang melukis gambar zigzag yang komplikasi. Dislokasi ini tidak hanya menjalar pada sendi-sendi bahu, siku, pergelangan tangan dan jari-jari tangan, tapi juga menjalar sampai tulang rusuk, sendi lutut, mata kaki sampai jari-jari kaki.

4. Manfaat yumeiho
  - a. Membantu penyembuhan nyeri ekstremitas pada Tulang Belakang
  - b. Meringankan sakit kepala
  - c. Meningkatkan mobilitas dan berbagai gerakan
  - d. Menurunkan kekakuan dan kejang otot rasa sakit sendi rematik
  - e. Meningkatkan kesehatan sendi dan jaringan penyembuhan
  - f. Meningkatkan kinerja, energy dan rasa relaksasi
  - g. Meningkatkan keseimbangan dan koordinasi degenerasi dan mengurangi risiko cedera
5. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam terapi
  - a. Pasien harus mengenakan pakaian yang ringan, tipis dan lunak. Harus melepaskan sepatu, kacamata, jam tangan, dan accessories lainnya.
  - b. Terapis harus mengenakan pakaian yang leluasa untuk bergerak
  - c. Terapi harus dilakukan di atas matrass
  - d. Suhu ruangan normal
  - e. Pasien harus dalam kondisi tenang
  - f. Pasien tidak dalam kondisi kekenyangan ataupun kelaparan
  - g. Letakkan bantal atau guling diatas dada pasien selama terapi, ketika telungkup. Sentuhan langsung dada dengan matrass bisa menyebabkan traumatis pada tulang rawan iga.
  - h. Pada pasien anak, manula, terlalu kurus, harus diperhatikan kekuatan sendinya jangan terlalu memforsir tenaganya.
  - i. Pada pasien yang pernah operasi pada tulang belakang harus memperhitungkan tekanan pada area tersebut.
  - j. Dianjurkan pasien untuk banyak minum air putih setelah selesai terapi dan selama masa pengobatan.

## 6. Gerakan Yumeiho

### GERAKAN YUMEIHO (langkah-langkah dasar gerakan)

 <p>01</p>	<p>1. Meraba bagian tulang belakang kaki (betis) pasien. Jika terasa keras pertanda mengalami kesakitan pada tulang belakangnya. Kaki kanan menunjukkan keadaan tulang belakang sebelah kanan. Demikian pula sebaliknya.</p>
 <p>02</p>	<p>2. Tekuk kaki pasien sebelah kanan sementara kaki kiri tetap dalam keadaan lurus. Masukkan tangan Anda kedalam lipatan kaki pasien sentara tangan anda yang satu memegang bagian pergelangan kaki. Tekanlah perlahan hingga terasa pada bagian tulang belakang pasien. Ulangi 3 kali. Lakukan hal yang serupa pada kaki sebelahnya.</p>
 <p>03</p>	<p>3. Lipat kedua kaki pasien. Tekan perlahan lahan kedua kaki tersebut hingga menyentuh abdomen (perut). Ulangi tindakan ini sebanyak 3 kali.</p>
 <p>04</p>	<p>4. Kaki pasien dalam keadaan lurus. Pegang kedua kaki tersebut kemudian putar secara perlahan sebanyak 3 kali. Mulai dengan putaran kecil, sedang dan terakhir putaran besar. Letakkan kaki pasien. Ulangi lagi dengan putaran berlawanan arah.</p>
 <p>05</p>	<p>5. Pegang kedua tumit pasien dan tarik secara perlahan. Ulangi tindakan ini sebanyak 3 kali. Bersamaan dengan langkah ini kita bisa membetulkan titik 14 pasien yaitu dengan cara memukul mukul telapak kaki pasien bagian bawah atau dengan cara menginjaknya dengan kaki kita</p>
 <p>06</p>	<p>6. Miringkan pasien ke arah kanan, pegang lutut pasien dengan tangan kiri anda sementara tangan kanan anda letakkan pada bahu pasien. Tekan secara perlahan hingga terdengar bunyi urat urat tertentu. Jika perlu ulangi tindaka ini sebanyak 3 kali. Kemudian miringkan ke arah kiri, selanjutnya lakukan tindakan yang sama seperti semula</p>
 <p>07</p>	<p>7. Miringkan tubuh pasien ke arah kanan. Tangan pasien disilangkan. Tarik tangan kanan pasien dan tekanlah pinggangnya. Kemudian miringkan tubuh pasien ke arah kiri. Selanjutnya lakukan tindakan seperti semula</p>

	<p>8. Pasien dalam posisi tengkurap. Rabalah satu persatu tulang belakang pesakit mulai dari tulang cervical 1 hingga tulang lumbar 5. Selanjutnya lakukanlah beberapa penekanan seperti gambar disamping.</p>
	<p>9. Kepalkan semua jari tangan Anda. Gunakan ibu jari untuk meraba dan mengetahui tulang belakang yang bermasalah. Setelah ketemu tekanlah dengan menggunakan tumpuan pada bagian belakang jari telunjuk Anda. Lakukan secara perlahan mengikuti kekuatan berat tubuh Anda.</p>
	<p>10. Pasien dalam keadaan duduk diatas kakidan tangan diangkat ke atas bahu Anda. Letakkan lutut sebelah kanan Anda pada punggung pasien. Tarik pasien ke arah belakang mengikuti kekuatan berat badan Anda. Kembalikan pesakit pada kondisi semula. Letakkan lutut kaki kiri anda pada punggung pasien. Lakukan tindakan seperti semula.</p>
	<p>11. Pasien berbaring terlungkup, bentangkan kedua tangan bertekuk kedepan dan putar kepala ke kiri. Anda menekan tangan kanannya pada cervical tujuh, letakkan tangan kiri pada sisi kepala pasien dan tekan kepala itu ke kanan 2 kali dengan bantuan berat badannya. Lakukan pada sisi sebelahnya.</p>
	<p>12. Pasien terlentang dan merapatkan kedua kakinya. Terapis berlutut didepan kedua kaki pasien. Letakkan kedua tangannya diatas lutut dan tekan kedua pahanya keluar untuk relaksasi sendinya. Ulangi tekanan tersebut sebanyak 3 kali.</p>
	<p>13. Terapis duduk jongkok dengan kedua lutut dirapatkan dan tekankanlah pada tengah pinggang diatas tulang panggul pasien, ulurkan kedua tangan dibawah ketiak pasien dan dengan lembut kaitkan lengannya dan tariklah ke belakang.</p>
	<p>14. Terapis duduk dibelakang pasien, sandarkan ibu jari tangan kanan pada tempat vertebra leher ke tujuh, letakkan pergelangan tangan kanan pada bahu kiri pasien dan tangan kiri pada bagian kepala kiri. Dengan memutar kepala pasien ke kanan, terapis mendorongnya kebawah secara tiba-tiba pada bahu kanan. Lakukan dengan hati-hati dan tekanan yang wajar.</p>

## 7. Praktikum

### a. Judul

Yumeiho

### b. Tujuan

- 1) Mahasiswa mampu mengenal dan mengetahui manfaat dari terapi Yumeiho
- 2) Mahasiswa mampu mempraktekkan terapi Yumeiho
- 3) Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien manfaat dari terapi Yumeiho

### c. Peralatan

- 1) Matrass
- 2) Bantal

### d. Prosedur pelaksanaan

- 1) Menggenakan jas lab dengan baik dan benar
- 2) Mempersiapkan alat dan bahan
- 3) Mencuci tangan hingga bersih
- 4) Memposisikan pasien senyaman mungkin
- 5) Mengucapkan doa kesembuhan untuk pasien
- 6) Meraba bagian tulang belakang kaki (betis) pasien. Jika terasa keras pertanda mengalami kesakitan pada tulang belakangnya. Kaki kanan menunjukkan keadaan tulang belakang sebelah kanan. Demikian pula sebaliknya.
- 7) Menekuk kaki pasien sebelah kanan sementara kaki kiri tetap dalam keadaan lurus. Masukkan tangan kedalam lipatan kaki pasien sementara tangan yang satu memegang bagian pergelangan kaki. Menekan perlahan hingga terasa pada bagian tulang belakang pasien. Mengulangi 3 kali.
- 8) Melakukan hal yang serupa pada kaki sebelahnya.

- 9) Melipat kedua kaki pasien. Menekan perlahan lahan kedua kaki tersebut hingga menyentuh abdomen (perut). Mengulangi tindakan ini sebanyak 3 kali.
- 10) Meluruskan kaki pasien, memegang kedua kaki tersebut kemudian putar secara perlahan sebanyak 3 kali. Mulai dengan putaran kecil, sedang dan terakhir putaran besar. meletakkan kaki pasien. Ulangi lagi dengan putaran berlawanan arah.
- 11) Memegang kedua tumit pasien dan menarik secara perlahan. mengulangi tindakan ini sebanyak 3 kali.
- 12) Miringkan pasien ke arah kanan, memegang lutut pasien dengan tangan kiri sementara tangan kanan diletakkan pada bahu pasien. menekan secara perlahan hingga terdengar bunyi urat urat tertentu. Jika perlu ulangi tindakan ini sebanyak 3 kali. Kemudian miringkan ke arah kiri, selanjutnya lakukan tindakan yang sama seperti semula
- 13) Miringkan tubuh pasien ke arah kanan. Tangan pasien disilangkan. Menarik tangan kanan pasien dan menekan pinggangnya. Kemudian miringkan tubuh pasien ke arah kiri. Selanjutnya lakukan tindakan seperti semula
- 14) Memosisikan pasien dalam posisi tengkurap. meraba satu persatu tulang belakang pesakit mulai dari tulang cervical 1 hingga tulang lumbar 5. Selanjutnya lakukanlah beberapa penekanan
- 15) Mengepalkan semua jari tangan, kemudian menggunakan ibu jari untuk meraba dan mengetahui tulang belakang yang bermasalah. Kemudian menekan dengan menggunakan tumpuan pada bagian belakang jari

telunjuk. Melakukan secara perlahan mengikuti kekuatan berat tubuh.

- 16) Memposisikan pasien dalam keadaan duduk diatas kaki dan tangan diangkat ke atas bahu terapis. Meletakkan lutut sebelah kanan terapis pada punggung pasien. Menarik pasien ke arah belakang mengikuti kekuatan berat badan terapis. Mengembalikan pasien pada kondisi semula. Meletakkan lutut kaki kiri terapis pada punggung pasien melakukan tindakan seperti semula.
- 17) Memposisikan pasien berbaring terlungkup, membentangkan kedua tangan bertekuk kedepan dan putar kepala ke kiri. Terapis menekan tangan kanannya pada cervical tujuh, meletakkan tangan kiri pada sisi kepala pasien dan menekan kepala itu ke kanan 2 kali dengan bantuan berat badannya. Melakukan pada sisi sebelahnya.
- 18) Memposisikan pasien terlentang dan merapatkan kedua kakinya. Terapis berlutut didepan kedua kaki pasien. Meletakkan kedua tangannya diatas lutut dan menekan kedua pahanya keluar untuk relaksasi sendinya. mengulangi tekanan tersebut sebanyak 3 kali.
- 19) Memposisikan diri duduk jongkok dengan kedua lutut dirapatkan dan menekanpada tengah pinggang diatas tulang panggul pasien, mengulurkan kedua tangan dibawah ketiak pasien dan dengan lembut mengkaitkan lengannya dan menariknya ke belakang.
- 20) Memposisikan diri duduk dibelakang pasien, menyandarkan ibu jari tangan kanan pada tempat vertebra leher ke tujuh, meletakkan pergelangan tangan kanan pada bahu kiri pasien dan tangan kiri pada bagian kepala

kiri. Dengan memutar kepala pasien ke kanan, terapis mendorongnya kebawah secara tiba-tiba pada bahu kanan. melakukan dengan hati-hati dan tekanan yang wajar.

- 21) Mengevaluasi kondisi pasien saat di Yumeiho
- 22) Membereskan alat dan merapikan pasien
- 23) Mengkomunikasikan apa yang tidak boleh dilakukan sesaat setelah yumeiho
- 24) Menganjurkan untuk meminum air hangat setelah selesai tindakan

e. Checklist yumeiho

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Memposisikan pasien senyaman mungkin			
7	Mengucapkan doa kesembuhan untuk pasien			
8	Meraba bagian tulang belakang kaki (betis) pasien. Jika terasa keras pertanda mengalami kesakitan pada tulang belakangnya. Kaki kanan menunjukkan keadaan tulang belakang sebelahkanan. Demikian pula sebaliknya			
9	Menekuk kaki pasien sebelah kanan sementara kaki kiri tetap dalam keadaan lurus. Masukkan tangan kedalam lipatan kaki pasien sementara tangan yang satu memegang bagian pergelangan kaki. Menekan perlahan hingga terasa pada belakang pasien. Mengulangi 3 kali.			
10	Melakukan hal yang serupa pada kaki sebelahnya			
11	Melipat kedua kaki pasien. Menekan perlahan lahan kedua kaki tersebut hingga menyentuh abdomen (perut). Mengulangi tindakan ini sebanyak 3 kali.			
12	Meluruskan kaki pasien, memegang kedua kaki tersebut kemudian putar secara perlahan sebanyak 3 kali. Mulai dengan putaran kecil, sedang dan terakhir putaran besar. Meletakkan kaki pasien. Ulangi lagi dengan putaran berlawanan arah.			
13	Memegang kedua tumit pasien dan menarik secara perlahan,			

	mengulangi tindakan ini sebanyak 3 kali.			
14	Miringkan pasien ke arah kanan, memegang lutut pasien dengan tangan kiri sementara tangan kanan diletakkan pada bahu pasien. menekan secara perlahan hingga terdengar bunyi urat urat tertentu. Jika perlu ulangi tindakan ini sebanyak 3 kali. Kemudian miringkan ke arah kiri, selanjutnya lakukan tindakan yang sama seperti semula.			
15	Miringkan tubuh pasien ke arah kanan. Tangan pasien disilangkan. Menarik tangan kanan pasien dan menekan pinggangnya. Kemudian miringkan tubuh pasien ke arah kiri. Selanjutnya lakukan tindakan seperti semula.			
16	Memposisikan pasien dalam posisi tengkurap. meraba satu persatu tulang belakang pesakit mulai dari tulang cervical 1 hingga tulang lumbar 5. Selanjutnya lakukanlah beberapa penekanan.			
17	Mengepalkan semua jari tangan, kemudian menggunakan ibu jari untuk meraba dan mengetahui tulang belakang yang bermasalah. Kemudian menekan dengan menggunakan tumpuan pada bagian belakang jari telunjuk. Melakukan secara perlahan mengikuti kekuatan berat tubuh.			
18	Memposisikan pasien dalam keadaan duduk diatas kaki dan tangan diangkat ke atas bahu terapis. Meletakkan lutut sebelah kanan terapis pada punggung pasien. Menarik pasien ke arah belakang mengikuti kekuatan berat badan terapis. Mengembalikan pasien pada kondisi semula. Meletakkan lutut kaki kiri terapis pada punggung pasien melakukan tindakan seperti semula.			
19	Memposisikan pasien berbaring terlungkup, membentangkan kedua tangan bertekuk kedepan dan putar kepala ke kiri. Terapis menekan tangan kanannya pada cervical tujuh, meletakkan tangan kiri pada sisi kepala pasien dan menekan kepala itu ke kanan 2 kali dengan bantuan berat badannya. Melakukan pada sisi sebaliknya.			
20	Memposisikan pasien terlentang dan merapatkan kedua kakinya. Terapis berlutut didepan kedua kaki pasien. Meletakkan kedua tangannya diatas lutut dan menekan kedua pahanya keluar untuk relaksasi sendinya. mengulangi tekanan tersebut sebanyak 3 kali.			

21	Memposisikan diri duduk jongkok dengan kedua lutut dirapatkan dan menekan pada tengah pinggang diatas tulang panggul pasien, mengulurkan kedua tangan dibawah ketiak pasien dan dengan lembut mengkaitkan lengannya dan menariknya ke belakang.			
22	Memposisikan diri duduk dibelakang pasien, menyandarkan ibu jari tangan kanan pada tempat vertebra leher ke tujuh, meletakkan pergelangan tangan kanan pada bahu kiri pasien dan tangan kiri pada bagian kepala kiri. Dengan memutar kepala pasien ke kanan, terapis mendorongnya kebawah secara tiba-tiba pada bahu kanan. melakukan dengan hati-hati dan tekanan yang wajar.			
23	Membereskan alat dan merapikan pasien			
24	Mengkomunikasikan apa yang tidak boleh dilakukan setelah terapi yumeiho			
25	Menganjurkan untuk meminum air hangat setelah selesai tindakan			
	Jumlah			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

( )

# I. GUATSA

## GUATSA

Di susun oleh : Hajar Hajar Qurunfully Ashfi, A.Md.Keb

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

### 1. Dasar Teori

#### a. Pengetian

Gua sha adalah teknik penyembuhan pengobatan tradisional Asia Timur. Kadang-kadang disebut ‘coining, spooning atau scraping’, gua sha didefinisikan sebagai perselingan persisten yang dibantu instrumen dari area pelumas permukaan tubuh untuk secara sengaja menciptakan petechiae terapeutik sementara yang disebut ‘sha’ yang mewakili ekstrasvasi darah di subkutis.

Meningkatkan sha menghilangkan stagnasi darah yang dianggap patogen dalam pengobatan tradisional Asia Timur. Penelitian modern menunjukkan petechiae terapeutik sementara akan menghasilkan efek perlindungan anti-inflamasi dan kekebalan tubuh yang bertahan beberapa hari setelah pengobatan gua sha tunggal untuk menghilangkan rasa sakit yang dirasakan pasien dari rasa sakit, kekakuan, demam, dingin, batuk, wheeze, mual dan muntah.

Gua sha dimaksudkan untuk mengatasi energi stagnan, yang disebut chi, di dalam tubuh yang diyakini oleh praktisi mungkin bertanggung jawab atas peradangan. Peradangan adalah penyebab dari beberapa kondisi yang berhubungan dengan nyeri kronis. Menggosok permukaan kulit dianggap membantu memecah energi ini, mengurangi

peradangan dan meningkatkan penyembuhan. Gua sha umumnya dilakukan di punggung, pantat, leher, lengan dan kaki seseorang. Versi lembut itu bahkan digunakan di wajah sebagai teknik wajah.

b. Manfaat terapi

Gua sha dapat mengurangi peradangan, jadi sering digunakan untuk mengobati penyakit yang menyebabkan rasa sakit kronis, seperti artritis dan fibromyalgia, serta yang memicu nyeri otot dan sendi. Gua sha juga memiliki efek yang sangat cepat pada nyeri dari kepala, leher, bahu, linu panggul, dan nyeri saraf lainnya, migrein, osteoporosis, rematik. Hal ini juga berpengaruh nyata terhadap berbagai penyakit yang disebabkan oleh ketidakharmonisan fungsional dari organ internal.

c. Kontra indikasi

- 1) Terdapat luka atau kerusakan jaringan kulit pada area guasha
- 2) Pada anak dibawah usia 5 tahun
- 3) Pada area yang terdapat peradangan / hematoma
- 4) Dalam keadaan demam

d. Dinamika terapi guasha

“Gua Sha merangsang sistem kekebalan tubuh, mendetoksifikasi, meningkatkan sirkulasi, mengatur fungsi dan organ, menghilangkan blokade dan nyeri, merevitalisasi, mengurangi stress, kelelahan, meningkatkan fungsi obat, menyeimbangkan emosi, santai dan mempromosikan kejernihan pikiran,”

e. Persiapan pasien

- 1) Pasien siap untuk dilakukan terapi guasha
- 2) Tidak dalam kondisi lemah

3) Tidak dalam kondisi kelaparan atau kekenyangan

f. Teknik terapi

Hasil kerokan sebaiknya tidak acak-acakan, lakukan secara teratur hingga membentuk motif tulang daun atau ikan mengikuti serat otot. Saat kerokan pun ada faktor penekanan sehingga seperti pemijitan. Hal ini akan memberi efek pemanjangan pada otot-otot yang memendek karena peradangan. Dengan begitu rasa pegal-pegal pun akan hilang.



2. Praktikum

a. Judul

Gua Sha

b. Tujuan

- 1) Mahasiswa mampu mengenal dan mengetahui manfaat dari terapi Gua Sha
- 2) Mahasiswa mampu mempraktekkan terapi Gua Sha
- 3) Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien manfaat dari terapi Gua Sha

c. Peralatan

- 1) Koin
  - 2) Batu giok
  - 3) Sendok
  - 4) Tanduk
  - 5) Potongan jahe
  - 6) Potongan bawang
  - 7) Minyak herbal
- d. Prosedur pelaksanaan
- 1) Menggenakan jas lab dengan baik dan benar
  - 2) Mempersiapkan alat dan bahan
  - 3) Mencuci tangan hingga bersih dan menggunakan sarung tangan
  - 4) Memposisikan pasien nyaman mungkin
  - 5) Menyiapkan area kulit yang akan di Gua Sha
  - 6) Mengucapkan doa kesembuhan untuk pasien
  - 7) Memberi minyak zaitun secukupnya di area punggung klien
  - 8) Menggoreskan alat gua sha di kulit klien sampai muncul warna kemerahan
  - 9) Mengevaluasi kondisi pasien saat di Gua Sha
  - 10) Membereskan alat dan merapikan pasien
  - 11) Mengkomunikasikan apa yang tidak boleh dilakukan sesaat setelah gua sha
  - 12) Menganjurkan untuk meminum air hangat setelah selesai tindakan
  - 13) Menganjurkan untuk tidak mandi kurang lebih 2 jam setelah tindakan
  - 14) Menganjurkan mandi dengan menggunakan air hangat
- e. Checklist guatsa

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

2 = dilakukan dengan sempurna

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Memposisikan pasien senyaman mungkin			
7	Menyiapkan area kulit yang akan di Gua Sha			
8	Mengucapkan doa kesembuhan untuk pasien			
9	Memberi minyak zaitun secukupnya di area punggung klien			
10	Menggoreskan alat gua sha di kulit klien sampai muncul warna kemerahan			
11	Mengevaluasi kondisi pasien saat di Gua Sha			
12	Membereskan alat dan merapikan pasien			
13	Mengkomunikasikan apa yang tidak boleh dilakukan setelah guasha			
14	Menganjurkan untuk meminum air hangat setelah selesai tindakan			
	Jumlah			

Nilai = nilai yang didapat x 100%  
(jumlah aspek yang dinilai x 2)

Bantul, .....

Penguji,

( )

## **J. AKUPUNKTUR**

### **AKUPUNKTUR**

Di susun oleh : Hajar Hajar Qurunfully Ashfi, A.Md.Keb

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### 1. Dasar Teori

##### a. Pengertian

Akupuntur merupakan tehnik pengobatan yang dilakukan dengan cara menusukkan jarum di titik titik tertentu pada tubuh pasien. Kata akupuntur berasal dari bahasa Yunani. “**Acus**” berarti Jarum, “**Punctura**” berarti menusuk. Dalam bahasa inggris menjadi acupuncture, sedangkan kata asal dalam bahasa china adalah cenciu. Kata tersebut kemudian diadaptasikan dalam bahasa indonesia menjadi akupuntur atau dikenal dengan tusuk jarum. Pengobatan akupuntur dirancang untuk memperbaiki aliran dan keseimbangan energi sepanjang meridian – meridian ini

##### b. Tujuan terapi

Untuk mengembalikan sistem keseimbangan tubuh dengan mempengaruhi aliran bioenergi tubuh berdasarkan pada filosofi keseimbangan hubungan antara permukaan tubuh dan organ melalui sistem meridian yang spesifik sehingga pasien dapat sehat kembali

##### c. Titik akupuntur

Darras ( 1967 ) : titik akupuntur tidak terletak pada permukaan kulit, tetapi terletak pada kedalaman di beberapa milimeter pada dermis bahkan hipodermis, yaitu daerah yang kaya dengan ujung saraf dan pembuluh darah.

Ionescu Trigeviste ( 1975 ) : lokasi titik akupunktur sebagai zone of autonomic concentration yang mempunyai hubungan dengan susunan saraf pusat dan organ viscera.

Kawakita → reseptor rangsang akupunktur baik mekanis maupun termis adalah sama. Yakni reseptor polimodal, berupa ujung saraf bebas yg teranyam dari saraf sensorik tak bermielin ( serabut C ) , saraf sensorik kecil bermielin ( serabut A delta ) dan saraf sensorik besar bermielin ( serabut A beta )

d. Karakter titik akupunktur

- 1) Diameter 1 -2 mm
- 2) Terletak dekat saraf pada ujung serabut saraf yang lebih banyak dibandingkan dengan jaringan sekitarnya(Kellner, Mann)
- 3) Merupakan daerah konsentrasi serabut saraf vegetatif (trigoviste)
- 4) Umumnya terletak berdekatan dengan saraf pembuluh darah, pembuluh limfe (Peking review 1972)
- 5) Memiliki sifat listrik yang khusus – Tahanan listrik lebih rendah, Potensial listrik lebih tinggi(Niboyet, Maresh, atsumoto, HAYES, Borgsmann, Omura, dll)
- 6) Memiliki sifat penghantar gelombang suara yang lebih tinggi (Mann)
- 7) Memiliki suhu lebih tinggi dari jaringan sekitarnya (bergmann)

e. Mekanisme kerja akupunktur

- 1) Menyeimbangkan YIN YANG tubuh
- 2) Dengan cara menambah apa yang kurang ( Materi Dasar ada 7 )

3) Mengeluarkan apa yang berlebih ( yang berlebih adalah Pathogen harus dikeluarkan )

4) Melancarkan energi-Qi dan darah-Xue

f. Kontra indikasi

1) Kegawatdaruratan medik

2) Gangguan pembekuan darah

3) Menusuk daerah tumor atau kanker

4) Penderita yang memakai alat pacu jantung

5) Menusuk kulit yang sedang mengalami radang

6) Ukuran jarak

g. Ukuran jarak

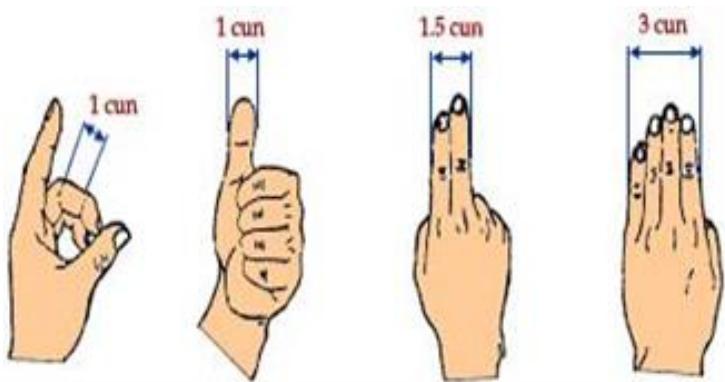
1) 1 CUN : 1 ibu jari

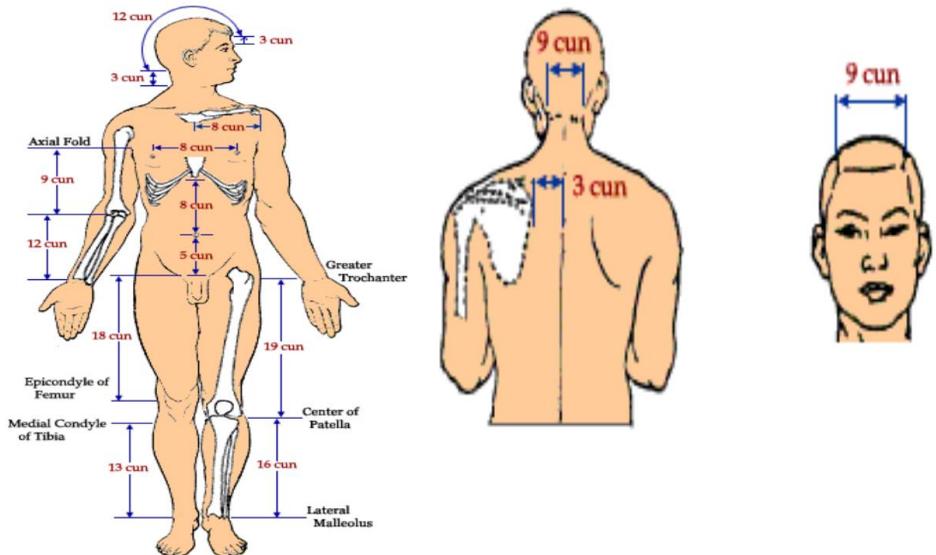
2) 1,5 CUN : 2 Jari

3) 2 CUN : 3 jari

4) 3 CUN : 4 Jari

5) 4 CUN : 5 Jari





## 2. Praktikum

### a. Judul

Akupunktur untuk menghilangkan mual muntah pada ibu hamil TM 1

### b. Tujuan

- 1) Mahasiswa mampu mengenal dan mengetahui manfaat dari terapi akupunktur
- 2) Mahasiswa mampu mempraktekkan terapi akupunktur
- 3) Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien manfaat dari terapi akupunktur

### c. Peralatan

- 1) Jarum akupunktur
- 2) Kapas stuples
- 3) Alkohol 70%

4) Sarung tangan

d. Prosedur pelaksanaan

- 1) Mengenakan jas lab dengan baik dan benar
- 2) Mempersiapkan alat dan bahan
- 3) Mencuci tangan hingga bersih dan menggunakan sarung tangan
- 4) Memposisikan pasien senyaman mungkin
- 5) Menentukan lokasi penusukan yaitu terletak 2 cun diatas pergelangan tangan, antara tendon m.palmaris longus dan m. flexor carpiradialis.
- 6) Melakukan desinfeksi di area yang akan di tusuk
- 7) Melakukan penusukan jarum dengan tegak lurus, diamkan selama 30 menit
- 8) Melakukan stimulasi setiap 10 menit
- 9) Mengambil jarum akupuntur dengan hati-hati
- 10) Melakukan desinfeksi di area bekas tusukan
- 11) Meletakkan jarum akupuntur yang sudah digunakan di safety box
- 12) Mengevaluasi kondisi pasien saat di terapi akupuntur
- 13) Mengkomunikasikan apa yang tidak boleh dilakukan sesaat setelah akupuntur

e. Checklist akupuntur

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

2 = dilakukan dengan sempurna

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Memposisikan pasien senyaman mungkin			
7	Menentukan lokasi penusukan yaitu terletak 2 cun diatas pergelangan tangan, antara tendon m.palmaris longus dan m. flexor carpiradialis			
8	Melakukan desinfeksi di area yang akan di tusuk			
9	Melakukan penusukan jarum dengan tegak lurus, diamkan selama 30 menit			
10	Melakukan stimulasi setiap 10 menit			
11	Mengambil jarum akupuntur dengan hati-hati			
12	Melakukan desinfeksi di area bekas tusukan			
13	Meletakkan jarum akupuntur yang sudah digunakan di safety box			
14	Megevaluasi kondisi pasien saat di terapi akupuntur			
15	Mengkomunikasikan apa yang tidak boleh dilakukan sesaat setelah akupuntur.			
	Jumlah			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%**  
**(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

( )

## **K. RUQYAH SYAR'IYYAH**

### **RUQYAH**

Di susun oleh : Hajar Hajar Qurunfully Ashfi, A.Md.Keb

Editor : Ratna Wulan Purnami, S.ST., M.Kes

#### 8. Dasar Teori

##### **PENGERTIAN**

Ruqyah secara bahasa adalah mantra, jampi-jampi, suwuk atau doa-doa. Menurut istilah adalah kumpulan dari ayat-ayat Al-quran, ta'awudz (permintaan perlindungan kepada Allah) dan doa-doa nabi Muhammad Sholallahu 'alaihi wasallam yang dibacakan oleh seorang muslim, baik untuk diri sendiri atau untuk orang lain dalam mengobati berbagai penyakit fisik, jiwa maupun penyakit yang ditimbulkan oleh pandangan mata jahat manusia (kejahatan manusia) dan kejahatan jin. Adapun definisi Ruqyah menurut para ulama :

- a. Menurut Syaikh Muhammad At-Tamimiy ; Ruqyah adalah penyembuhan suatu penyakit dengan bacaan ayat-ayat alQuran, doa-doa dan mantra-mantra.
- b. Menurut Syaikh Abdullah bin Abdul Aziz Ali dan dalam kiat hidup sehat jasmani & rohani atas ruqyah syar'iyah adalah merupakan obat yang bermanfaat, dan juga suatu doa yang dipanjatkan. "Tidak ada yang dapat mencegah Qadha (Takdir) kecuali doa & tidak ada yang dapat memberi tambahan pada umur kecuali kebaikan." (HR. Hakim & At-Tirmidzi. No. 2139 dihasankan oleh Nashruddin Albani).

## **DALIL RUQYAH**

### **a. Dari Al-Qur'an**

- 1) QS. Al-Isra ayat 82 : “Dan kami turunkan dari Al-Quran suatu yang jadi penawar dan rahmat bagi orang-orang beriman”
- 2) QS Yunus ayat 57 : “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit yang (berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.”

### **b. Dari sunnah Nabawiyah**

- 1) Jibril meruqyah nabi Muhammad saw ketika ia bertanya : “Wahai Muhammad! Apakah engkau mengeluh karena sakit?” Beliau menjawab “Benar”. Kemudian jibril mengucapkan : “bismillahi arqika min kulli syai-in yu'dziika minsyarri kulli nafsin au ainin hasadin allahu yasyfika bismillahi arqika.” Dengan menyebut nama Allah aku meruqyahmu, dari segala sesuatu yang menggangumu, dan dari keburukan setiap jiwa atau yang dengki, Allah lah yang menyembuhkanmu, Dengan menyebut nama Allah aku meruqyahmu. (HR. Muslim)
- 2) Hadist yang diriwayatkan oleh Aisyah bahwa Rosulullah mengusap muka yang terasa sakit oleh seseorang diantara kami dengan tangan kanan beliau, kemudian beliau mengucapkan doa : “Hilangkanlah penyakit wahai Robb nya manusia, sembuhkanlah ia yang sakit, Engkaulah zat yang Maha Menyembuhkan, Tidak ada kesembuhan kecuali dariMu, dengan kesembuhan yang tidak meninggalkan penyakit”. (HR. Muslim)

- 3) Diantara dalil yang lain adalah riwayat dari sahabat Usman bin Abil Ash Ats Tsyakafy bahwa ia mengeluh kepada Rosulullah tentang sakit yang ia rasakan setelah masuk islam. Maka Rosulullah saw bersabda : “Letakkan tanganmu pada tubuh yang sakit, kemudian ucapkanlah Bismillah 3x kemudian membaca doa ; ”Aku berlindung pada Allah Ta’ala dengan kemuliaan dan kekuasaannya dari segala keburukan yang aku dapatkan dan aku khawatirkan.” Sebanyak 7x.

### **MACAM-MACAM RUQYAH**

- a. **Ruqyah Syar’iyyah** adalah ruqyah dengan menggunakan ayat-ayat Al-Quran, dzikir dan doa-doa yang dicontohkan oleh Rosulullah SAW.
- b. **Ruqyah Syirkiyyah** adalah ruqyah yang menggunakan kemusyrikan didalamnya, misalnya dengan menggunakan jimat, mantra atau amalan yang tidak ada dalil dan contohnya dari Rosulullah

### **SYARAT-SYARAT RUQYAH**

- a. Menurut Imam As Suyuti syarat-syarat Ruqyah adalah :
  - 1) Menggunakan ayat-ayat al-Quran, Asmaul Husna dan sifat-sifatNya
  - 2) Menggunakan bahasa arab atau bahasa lain yang dapat difahami artinya
  - 3) Orang yang meruqyah dan diruqyah harus meyakini ruqyah tidak ada pengaruhnya kecuali dengan izin Allah
- b. Dari Ali bin Nufs Al ‘ulyani dalam kitabnya “Ruqyah ala Dhau’l Akidah ahli Sunnah Wal Jama’ah”. Beliau menjelaskan Syarat-Syarat ruqyah adalah :

- 1) Menggunakan ayat-ayat al-Quran dan Asmaul Husna dan sifat-sifatnya
- 2) Menggunakan bahasa arab atau bahasa lain yang dapat difahami artinya
- 3) Orang yang meruqyah dan diruqyah harus meyakini ruqyah tidak ada pengaruhnya kecuali dengan izin Allah
- 4) Tidak meruqyah dengan cara yang haram dan bid'ah seperti ruqyah di kamar mandi, kuburan dan lain lain.
- 5) Peruqyah bukan tukang sihir, dukun atau tukang ramal
- 6) Ruqyah tidak mengandung simbol-simbol yang diharamkan, karena Allah tidak menjadikan obat pada sesuatu yang haram.

### **SYARAT-SYARAT PERUQYAH**

- a. Harus beraqidah yang bersih, jernih dan benar
- b. Harus merealisasikan tauhid yang murni dalam ucapan dan perbuatannya
- c. Harus berkayakinan bahwa firman Allah (Kalamullah) punya pengaruh pada jin dan syaitan
- d. Harus mengetahui ikhwal jin dan syaitan
- e. Harus mengetahui pintu – pintu masuk syaitan (kedalam diri manusia)
- f. Dianjurkan sudah menikah
- g. Harus menjauhi hal –hal yang diharamkan
- h. Harus mendukung dan melaksanakan berbagai ketaatan (kepada Allah dan RosulNya)
- i. Harus senantiasa mengingat Allah
- j. Harus membentengi diri dari mengingat Allah
- k. Harus membentengi diri dengan amalan – amalan yang dianjurkan Rosulullah

1. Harus dalam keadaan suci. Apabila wanita hendaklah dalam keadaan suci.

### **TANDA-TANDA ORANG YANG HARUS DIRUQYAH**

- a. Lalai melakukan dzikir dan amalan taat lainnya
- b. Rasa pusing terus menerus bukan karena penyakit fisik
- c. Keadaan sangat marah dan tidak mampu mengendalikan keinginan dan lisannya
- d. Banyak lupa dengan yang tidak biasa
- e. Kehilangan akal
- f. Lemah seluruh tubuh disertai rasa malas yang luar biasa dan hilangnya kekuatan tubuh
- g. Tidak bisa tidur di malam hari dan sangat mudah bangun
- h. Perasaan gelisah, sedih, perasaan tertekan yang berkelanjutan
- i. Perasaan ingin menangis dan tertawa tanpa sebab
- j. Mimpi yang menakutkan dan igauan
- k. Rasa malu yang berlebihan, suka menjauhkan diri dari manusia
- l. Tidak betah dirumah berkumpul dengan keluarga atau memperlakukan mereka dengan cara yang kasar dan sering terjadi kemelut keluarga
- m. Terjadi perubahan kearah negatif pada diri seseorang yang dikenal memiliki keistimewaan dalam kesuksesan dan keistiqomahan

### **MANFAAT RUQYAH**

- a. Mengatasi problem rumah tangga
  - 1) Problem suami istri
  - 2) Problem kenakalan anak

- 3) Problem moralitas atau tingkah laku yang tidak baik
- b. Problem ruamh atau tempat tinggal yaitu adanya masalah terhadap orang-orang yang tinggal disitu seperti :
  - 1) Sering mimpi buruk
  - 2) Selalu ada keributan
  - 3) Malas beribadah dll
- c. Mengatasi penyakit yang datang dari binatang antara lain :
  - 1) Gigitan atau serangan binatang berbisa (ular, kalajengkin, kelabang dll.)
  - 2) Tokso (penyakit yang disebabkan karena virus binatang seperti kucing, babi, anjing dll)

### **HAKIKAT JIN**

- a. Sebab-sebab gangguan jin secara singkat
  - 1) Jin laki-laki jatuh cinta kepada wanita atau jin perempuan jatuh cinta pada seorang laki-laki
  - 2) Kedzaliman manusia terhadap jin dengan menumpahkan air panas kepadanya atau menyimpannya dari tempat yang tinggi dan lain sebagainya
  - 3) Kedzaliman jin terhadap manusia seperti mengganguya tanpa sebab. Dalam hal ini jin tidak bisa mengganggu manusia kecuali dalam salah satu dari tiga keadaan berikut :
    - a) Marah sekali
    - b) Takut sekali
    - c) Senantiasa bernafsu syahwat
- b. Jin masuk kedalam jasad manusia dan tempat berada  
 Jin berwujud udara, sedangkan manusia memiliki pori-pori, karena itu jin bisa masuk dari bagian mana saja dalam jasad manusia. Ibnu Abbas berkata : yakni dari ujung gejolak api,

sedangkan ujung gejala api ialah udara panas yang keluar dari gejala api. Ketika jin masuk kedalam jasad manusia, dia langsung menuju otak dan melalui otak dia bisa mempengaruhi bagian mana saja diantara anggota tubuh manusia dari sentralnya di otak. Kajian-kajian kedokteran telah membuktikan bahwa para penderita kesurupan memiliki gelombang yang sangat halus dan aneh yang bersemayam di otak.

### **TEMPAT TINGGAL JIN**

- a. Jin mengutamakan tempat-tempat sepi dari manusia seperti padang pasir.
- b. Tempat-tempat kotor dan sampah karena mereka memakan sisa-sisa makanan dari manusia. (HR. Muslim)
- c. “Disetiap rumah kaum muslimin ada jin muslim yang tinggal di atapnya, bila makanan siang diletakkan mereka turun dan bersantap siang bersama penghuni, bila makanan malam diletakkan mereka turun dan bersantap malam bersama penghuni...” (diriwayatkan oleh Abu Bakar bi Ubaid didalam Makaidus Syaithan dari Yazid)
- d. Bertempat tinggal di jamban
- e. Tinggal di lubang-lubang

Untuk melindungi rumah dari gangguan jin, seringlah diperdengarkan surat albaqoroh dan surat surat ruqyah lainnya. Kemudian dari Jabir bin Abdillah bahwasanya Rosulullah shalallahu ‘alaihi wasallam bersabda, “Bila hari telah senja tahanlah anak-anakmu untuk keluar rumah karena pada waktu itu banyak setan berkeliaran. Bila waktu telah berlalu, biarkanlah mereka, tutuplah pintu-pintu rumah, sebutlah nama Allah, karena setan tak dapat membuka pintu-pintu yang tertutup. Tutuplah

tempat minum & sebutlah nam Allah, tutuplah bejana-bejana kalian & sebutlah nama Allah, walau dengan meletakkan sesuatu diatasnya dan matikan lampu-lampu.” (Mutafaqun ‘Alaihi)

### **MACAM-MACAM JIN**

Dari Abu Tsa’labah al-Khasyani, ia berkata : telah bersabda Rosulullah : “Jin itu ada tiga jenis : yang memiliki sayap dan terbang di udara, jenis ular dan kaajengking dan jenis menetap dan berpindah-pindah (HR. Thabrani, Al Hakim dan Baihaqi didalam al Asma Wa sifat, dengan sanad shahih. Shahihul Jami, 3/85)

### **MACAM-MACAM GANGGUAN JIN**

- a. Gangguan total, yaitu jin mengganggu seluruh jasad seperti orang yang mengalami berbagai sumbatan syaraf
- b. Gangguan sektoral, yaitu jin memegang (mengganggu) salah satu anggota tubuh seperti lengan, kaki atau lidah
3. Gangguan berkepanjangan, yaitu jin terus berada di jasadnya dalam waktu yang lama
4. Gangguan sejenak, yaitu tidak lebih dari beberapa detik seperti mimpi buruk

### **TANDA-TANDA ADANYA GANGGUAN JIN**

- a. Gejala pada waktu tidur
  1. Susah tidur malam, yaitu tidak bisa tidur kecuali setelah lama bersusah payah atau terlalu lama tidur
  2. Mendengkur berlebihan, selalu memainkan organ tertentu
  3. Cemas, yakni sering terbangun pada waktu malam, tidak tenang atau selalu gelisah dan banyak bergerak

4. Mimpi buruk, yaitu mimpi melihat sesuatu yang mengancamnya lalu ingin berteriak minta tolong tetapi tidak bisa
  5. Mimpi menyeramkan atau mimpi buruk : mimpi terbang, telanjang, mimpi dikejar orang, binatang dll
  6. Mimpi melihat berbagai macam binatang seperti kucing, anjing, ular, singa, srigala, dan tikus
  7. Bunyi gigi geraham beradu pada saat tidur
  8. Tertawa, menangis atau berteriak pada saat tidur
  9. Merintih pada saat tidur
  10. Berdiri dan berjalan dalam keadaan tidur dan tanpa kesadaran
  11. Mimpi seolah olah jatuh dari tempat yang tinggi
  12. Mimpi berada di kuburan, tempat sampah atau jalan yang mengerikan
  13. Mimpi melihat orang aneh, seperti tinggi sekali, pendek sekali atau hitam sekali
  14. Mimpi melihat hantu
- b. Gejala pada waktu terjaga
1. Selalu pusing yang tidak disebabkan oleh penyakit
  2. Selalu berpaling, yakni berpaling dari dzikrullah, shalat dan ketaatan – ketaatan lainnya
  3. Pikiran kacau atau linglung
  4. Sering lesu dan lemas
  5. Kesurupan atau disebut sumbatan syaraf
  6. Rasa sakit pada salah satu anggota abdan dan dokter tidak sanggup mendeteksinya
  7. Terpuruknya kondisi yang mendadak
  8. Adanya penyakit lama yang sulit diobati
  9. Adanya perubahan tempramen yang signifikan

## **SIHIR**

Sihir adalah kesepakatan antara tukang sihir dan setan dengan ketentuan bahwa tukang sihir akan melakukan berbagai macam keharaman atau kesyirikan dengan imbalan pemberian pertolongan setan kepadanya dan ketaatan untuk melakukan apa saja yang dimintanya.

- a. Cara tukang sihir mendatangkan jin
  1. Cara iqsam (bersumpah atas nama jin dan setan)
  2. Cara adz-dzabh (memotong sembelihan)
  3. Cara sufliyah (melakukan kenistaan)
  4. Cara najasah (menulis ayat-ayat alquran dengan benda najis)
  5. Cara tankis (menulis ayat-ayat alquran secara terbalik)
  6. Cara tanjim (menyembah binatang)
  7. Cara Al-Kaff (melihat melalui telapak tangan)
  8. Cara Al-Atsar (memanfaatkan benda bekas pakai)
- b. Jenis-jenis sihir
  1. Sihir pemisah
  2. Sihir mahabbah (penarik cinta/pelet)
  3. Sihir takhyil (mengelabui pandangan)
  4. Sihir pembuat gila
  5. Sihir pembuat kelesuan
  6. Sihir suara panggilan
  7. Sihir pembawa penyakit
  8. Sihir pendarahan
  9. Sihir penghalang pernikahan
  10. Al ain
- c. Cara haram dalam pengusiran jin
  1. Mengadakan pesta pengusiran
  2. Memenuhi permintaan

3. Meminta bantuan kepada jin
4. Bersumpah atas nama jin

### **MACAM-MACAM SIHIR**

- a. Sihir
- b. Jimat atau pengagungan terhadap benda atau binatang atau makhluk lain
- c. Doa dan dzikir yang ditentukan jumlahnya dan pada waktu tertentu dengan tujuan untuk pengobatan atau solusi suatu permasalahan

### **PERSIAPAN RUQYAH**

- a. Mengikhhlaskan niat kepada Allah
- b. Menyiapkan tempat dan peralatan yang mungkin diperlukan pada saat terjadi reaksi
- c. dari ruqyah seperti muntah, buang air dan lain lain peruqyah tidak boleh takut
- d. menghadapi kemungkinan dengan apa yang terjadi selama atau setelah prosesi ruqyah
- e. Banyak beristighfar
- f. Banyak baca doa perlindungan diri agar yang dialami orang yang diruqyah tidak
- g. berdampak pada dirinya
- h. Seorang peruqyah tidak boleh takut menghadapikemungkinan dengan apa yang akan
- i. terjadi selama atau setelah proses ruqyah
- j. Mengeluarkan dan membakar penangkal atau jimat yang ada pada penderita
- k. Membersihkan tempat dari lagu-lagu atau alat musik

- l. Membersihkan tempat dari pelanggaran syariat, seperti orang laki-laki yang memakai
- m. emas atau wanita yang tidak menutup aurat
- n. Memberi pelajaran tentang aqidah kepada penderita dan keluarganya, hingga
- o. menghapuskan ketergantungan hati mereka kepada selain Allah
- p. Menjelaskan bahwa pengobatan yang anda lakukan tidak sama dengan cara yang
- q. ditempuh oleh tukang sihir dan dukun, kemudian menjelaskan bahwa didalam alquran
- r. terdapat obat penawar dan rahmat.
- s. Mendiagnosis keadaan pasien dengan mengajukan beberapa pertanyaan untuk
- t. mengecek gejalanya
- u. Dianjurkan berwudhu sebelum memulai pengobatan begitu juga dengan pasiennya
- v. Bila pasien wanita perintahkanlah untuk menutup aurat terlebih dahulu
- w. Jangan mengobati seorang wanita kecuali disertai dengan mahromnya
- x. Berdoalah kepada Allah agar menolong dan membantu untuk mengeluarkan jin tersebut

### **BACAAN-BACAAN RUQYAH**

- a. Doa – doa meminta perlindungan kepada Allah
- b. Surat al-fatihah : 1-7
- c. Surat Al-Baqoroh : 1-5, 102, 137, 255, 284-286
- d. Surat Ali Imron : 1-5, 173, 174
- e. Surat Al-An'am : 17

- f. Surat Al-A'rof : 54-56, 117, 119
- g. Surat Yunus : 78-82
- h. Surat Al-Isra : 82
- i. Surat Al-Kahfi : 39
- j. Surat Thoha : 65-69
- k. Surat Al-Mukminun : 115-118
- l. Surat Yasin : 1-9
- m. Surat Ash-Shoffat : 1-10
- n. Surat Al-Mukmin : 1-3
- o. Surat Al-Ahqof : 29-32
- p. Surat Ar-Rahman : 33-35
- q. Surat Al- Hasyr : 21-24
- r. Surat Al-Mulk : 1-4
- s. Surat Al-Qolam : 51-52
- t. Surat Al-Jin : 1-9
- u. Surat Al-Ikhlash : 1-4
- v. Surat Al-Falaq : 1-5
- w. Surat An-Naas : 1-6

### **KEKELIRUAN DAN KESALAHAN SEPUTAR PRAKTIK**

- a. Mengajak jin untuk berkomunikasi dan membenarkan okehannya.
- b. Menyembelih hewan sesembelihan untuk jin
- c. Terlalu bergantung pada pengalaman
- d. Berprofesi sebagai pembaca ruqyah
- e. Meminta upah dengan berbagai cara, misal memaksa meminta upah yang tinggi atau tidak mau meruqyah jika tidak dibayar terlebih dahulu.
- f. Membuat dzikir – dzikir baru dalam agama

- g. Meyakini bahwa ruqyah merupakan faktor penyembuh dengan sendirinya.
- h. Membuka praktek pengobatan dengan menanyakan nama dan nama ibu si pasien
- i. Meminta benda – benda yang pernah dipakai si pasien
- j. Meminta penyembelian hewan dengan cara khusus
- k. Menuliskan beberapa kalimat yang tidak dapat dipahami, mirip kode morse atau huruf yang terputus – putus
- l. Melakukan komat – kamit dengan kalimat yang tidak bisa difahami
- m. Membekali pasien dengan benda untuk dipendam disekitar rumah
- n. Menyatakan mampu memberi tahu pasien tentang kondisi yang dialaminya
- o. Terlihat tanda-tanda kefasikan pada seorang peruyah, seperti malas menunaikan sholat berjama'ah
- p. Dalam pengobatan, jika pasiennya wanita, dengan berdalih sebagai penyembuhan atau alasan terpaksa, terkadang peruyah membuka aurat wanita tersebut

### **TAHAPAN SETELAH PENGOBATAN RUQYAH**

Ini merupakan tahap yang sangat rawan karena manusia pada tahapan ini terancam oleh kembalinya jin kepadanya, oleh karena itu dianjurkan :

- a. Menjaga sholat berjamaah
- b. Tidak mendengar lagu, musik dan menonton televisi
- c. Berwudhu dan membaca ayat kursi sebelum tidur
- d. Membaca surat Al Baqoroh dirumah setiap har
- e. Membaca surat Al-Mulk sebelum tidur, jika tidak bisa cukuplah dengan mendengarkan bacaan surat tersebut

- f. Berteman dengan orang yang sholih
- g. Menutup aurat bagi wanita
- h. Mendengar bacaan Al Quran selama dua jam setiap hari atau membaca satu juz
- i. Setiap selesai sholat shubuh membaca dzikir : “Tidak ada illah kecuali Allah semata, tiada sekutu bagiNya, bagiNya kerajaan dan bagiNya segala pujian. Dia Maha Kuasa atas segala sesuatu.” Dibaca 100x
- j. Membaca basmallah setiap kali melakukan sesuatu dan tidak tidur sendirian

### CEKLIST TANDA GANGGUAN

A. FISIK : Gangguan lama atau semakin parah baik dalam aktivitas biasa		M/P
1.	Pusing sebagian atau keseluruhan, leher, bahu berat atau kaku	
2.	Nyeri, panas atau terasa berat pada bagian persendian tertentu	
3.	Dada sesak atau panas	
4.	Cepat lesu, letih, dingin dan melemah	
5.	Sakit pada perut atau ulu hati	
6.	Jantung sering seperti ditusuk, berdebar keras atau tidak teratur	
7.	Gangguan sekitar rahim, prostat	
8.	Sulit mendapatkan keturunan	
9.	Gangguan sekitar ginjal	
10.	Pandangan mata kabur / blur di saat tertentu	
11.	Sering kedutan di beberapa tempat dalam waktu cukup lama dan frekuensi yang cepat	
12.	Mendengkur keras ketika tidur atau suara gigi bergesekkan (kreot-kreot)	
13.	Memiliki kekuatan fisik yang diluar kemampuan umumnya rata rata manusia di usianya	
B. PIKIRAN / JIWA		

1.	Mudah dan sering marah / tersinggung	
2.	Bingung, sulit konsentrasi	
3.	Sering bermimpi yang menakutkan atau yang tidak menyenangkan	
4.	Ketika tidur sering ketidihan	
5.	Sering bermimpi berada di suatu tempat yang dikenal atau di tempat asing	
6.	Sering mengigau (seperti bicara sendiri)	
7.	Dorongan kuat untuk melakukan perbuatan maksiat yang berulang ulang	
8.	Takut, resah, gelisah, sedih, minder	
9.	Sulit tidur atau banyak tidur	
10.	Malas beraktifitas dalam kebaikan	
11.	Sering berprasangka buruk, was was	
12.	Sering merendahkan orang lain baik dalam sikap maupun bicara	
13.	Merasa ada yang mengikuti atau mengawasi	
14.	Merasa ada yang menemani atau mendampingi	
15.	Pernah atau sering mendengar suara letusan di atap atau sekitar rumah, suara pasir atau kerikil atuh khususnya di malam hari.	
16.	Sering bisa menebak peristiwa yang pernah/ akan terjadi	
17.	Bisa melihat/mendengar/mencium sesuatu (makhluk, aroma atau benda) yang umumnya tidak terjadi oleh orang lain	
18.	Resah, takut, gelisah, benci atau marah dengan pembicaraan seputar ruqyah	
<b>C. IBADAH</b>		
1.	Sering berat saat melakukan ibadah, terburu buru ingin cepat selesai	
2.	Sering lupa jumlah rokaat, lupa saat sujud yang dilakukan	
3.	Terasa berat / engantuk setiap berdzikir atau membaca / mendengar alquran atau ketika hadir dalam majelis pengajian	
4.	Sering sulit bangun pagi / shubuh	
5.	Sering tidak yakin / was was ketika berwudhu, mandi	

	jenabah	
6.	Sering batal ketika berwudhu	
7.	Sering terasa berat / sulit / sakit ketika menjalankan ibadah Ramadhan	
D. AKTIVITAS LAINNYA		
1.	Terhalangi rejekinya, sering gagal dalam usaha mencari nafkahnya	
2.	Terhalangi jodohnya	
3.	Dijauhi / dibenci rekan-rekannya	
E. PENGARUH TERHADAP BENDA / BARANG / RUMAH		
1.	Rusak mesin : mobil, sepeda motor, mesin pabrik dsb	
2.	Terasa angker / magis	
3.	Rumah sering banyak tikus / sering dimasuki ular, tokek, cicak, kecoa dan banyak serangga dalam jumlah yang tidak wajar	
4.	Pohon tidak bisa ditebang	
5.	Rumah sering bocor di tempat tertentu sekalipun sudah berulang kali diperbaiki	

## 9. Praktikum

### a. Judul

Ruqyah Syar'iyah

### b. Tujuan

- 1) Mahasiswa mampu mengenal dan mengetahui manfaat dari terapi ruqyah syar'iyah
- 2) Mahasiswa mampu mempraktekkan terapi ruqyah syar'iyah
- 3) Mahasiswa mampu mengkomunikasikan kepada pasien manfaat dari terapi ruqyah syar'iyah

### c. Peralatan

- 1) Al-Quran
- 2) Air minum / Air zam-zam

- 3) Minyak zaitun / minyak habbatussauda
  - 4) Daun Bidara
- d. Prosedur pelaksanaan
- 1) Mencuci tangan dan berwudhu
  - 2) Memakai pakaian yang menutup aurat
  - 3) Meyakini bahwa kesembuhan hanya datang dari Allah Subhanahu wa Ta'ala semata, bukan dari selainNya.
  - 4) Melakukan ruqyah harus dengan Al-Quran, hadits atau dengan nama dan sifat Allah, dengan bahasa Arab atau bahasa yang dapat difahami.
  - 5) Mengikhlaskan niat dan menghadapkan diri kepada Allah saat membaca dan berdoa.
  - 6) Membaca surat Al-Fatihah dan meniup anggota tubuh yang sakit. Demikian juga dengan membaca surat al-ikhlas, al-Faalaq, An-Naas dan Al-Kafirun.
  - 7) Menghayati makna yang terkandung dalam bacaan Al-Quran dan doa yang sedang dibaca.
  - 8) Memperdengarkan bacaan ruqyahnya didepan penderita, baik yang berupa ayat –ayat Al-Quran atau doa – doa dari Nabi Sholallahu ‘alaihi wa sallam. Supaya penderita belajar dan merasa tenang bahwa Ruqyah yang dibacakan sesuai dengan syariat.
  - 9) Meniup pada tubuh orang yang sakit di tengah tengah pembacaan ruqyah.
  - 10) Meniupkan kedalam media berisi air atau minyak zaitun
  - 11) Mengusap orang yang sakit dengan tangan kanan
  - 12) Membacakan ayat ruqyah pada salah satu bagian tubuh yang sakit atau membaca di hadapan penderita secara langsung jika penyakitnya terdapat di seujur tubuh atau lokasinya tidak jelas.

- 13) Meruqyah tempat seperti rumah, toko, kebun, sawah dll, bisa dengan membacakan bacaan-bacaan ruqyah pada air, pasir, tanah atau media lain lalu disebarakan pada bagian sudut tempat tersebut dan selalu dibacakan bacaan-bacaan ruqyah pada tempat tersebut.
- 14) Mengkomunikasikan kepada pasien amalan yang harus dilakukan setelah sesi ruqyah
- 15) Mengajarkan ruqyah mandiri, letakkanlah tangan di bagian yang dikeluhkan sambil membaca (bismillah) tiga kali, kemudian membaca :

أَعُوذُ بِاللَّهِ وَ قُدْرَتِهِ مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَ أَحَاطِرُ

“Aku berlindung kepada Allah dan kekuasaanNya dari setiap kejelekan yang aku jumpai dan aku takuti”.

e. Checklist

Nilailah setiap kinerja yang diamati dengan skala nilai sebagai berikut:

0 = tidak dilakukan sama sekali

1 = dilakukan tetapi kurang sempurna

2 = dilakukan dengan sempurna

Nama Mahasiswa/ NIM :

Tanggal :

NO	KOMPONEN	NILAI		
		0	1	2
1	Membaca basmallah			
2	Mengenakan perlengkapan praktikum dengan benar			
3	Mencuci tangan dan berwudhu			
4	Memakai sarung tangan			
5	Mempersiapkan alat dan bahan			
6	Membaca surat Al-Fatihah dan meniup anggota tubuh yang sakit			
7	Membaca surat al-ikhlas, al-Faalaq, An-Naas dan Al-Kafirun.			
8	Memperengarkan bacaan ayat-ayat Ruqyah			
9	Meniup pada tubuh orang yang sakit di tengah tengah pembacaan ruqyah.			
10	Meniupkan kedalam media berisi air atau minyak zaitun.			
11	Mengusap orang yang sakit dengan tangan kanan			
12	Mengkomunikasikan kepada pasien amalan yang harus			
13	Mengajarkan ruqyah mandiri			
14	Feedback pasien bacaan ruqyah mandiri			
	Jumlah			

**Nilai = nilai yang didapat x 100%**

**(jumlah aspek yang dinilai x 2)**

Bantul, .....

Penguji,

( )

## PENUTUP

Konsep ‘*holistic care*’ meyakini bahwa penyakit yang dialami seseorang bukan saja merupakan masalah fisik yang hanya dapat diselesaikan dengan pemberian obat semata. Pelayanan terapi kesehatan *holistic* memberikan keutuhan aspek kehidupan sebagai manusia yang meliputi kehidupan jasmani, mental, social dan spiritual yang saling mempengaruhi. Holistik terkait dengan kesejahteraan hidup manusia.”

Pemerintah Indonesia melalui Peraturan Pemerintah RI No. 103 Tahun 2014, mengembangkan pelayanan tradisional yang didasarkan pada pohon kelimuan (*body of knowledge*) berdimensi holistik biokultural menjadi suatu sistem pelayanan kesehatan tradisional Indonesia yang sesuai dengan norma agama dan kebudayaan masyarakat. Pelayanan kesehatan tradisional merupakan suatu sistem pengobatan/perawatan yang berlandaskan filosofi dan konsep dasar manusia sutuhnya, sehingga pasien/klien yang dipandang secara holistik, kultural akan melengkapi pelayanan kesehatan modern yang lebih menitik beratkan pada pendekatan biomedik sehingga terjadi sinergitas dalam pelayanan kesehatan di Indonesia. Buku modul praktikum ini dibuat untuk membantu mahasiswa program studi D III Kebidanan STIKes Madani Yogyakarta dalam pembelajaran praktikum di laboratorium sehingga mempermudah dalam pemahaman dan penguasaan kompetensi. Semoga mahasiswa menjadi lebih giat dan lancar dalam pembelajaran praktikum *holistic* ini.