



FAKULTAS  
KEDOKTERAN



# Terapi Akupunktur untuk Diabetes Melitus



koalahero.com

2022

## DIABETES MELITUS

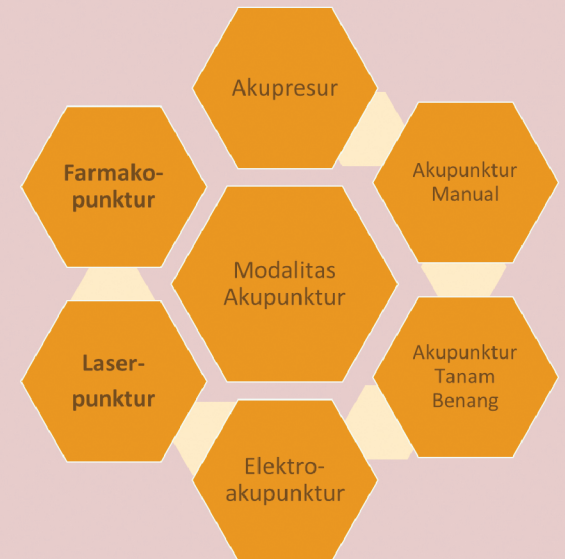
Berdasarkan American Diabetes Association (ADA), Diabetes melitus ditegakkan bila kadar glukosa darah puasa  $\geq 126$  mg/dl, atau glukosa darah 2 jam pasca pembebanan  $\geq 200$  mg/dl, atau glukosa darah sewaktu  $\geq 200$  mg/dl dengan gejala sering lapar, sering haus, sering buang air kecil dan dalam jumlah banyak, dan berat badan turun.<sup>1</sup>

## AKUPUNKTUR

Akupunktur medis adalah modalitas terapi dengan penyisipan jarum halus, yang menggunakan pengetahuan terkini tentang anatomi, fisiologi dan patologi, dan prinsip-prinsip kedokteran berbasis bukti serta dilakukan oleh dokter yang berlisensi.<sup>2</sup>



## MODALITAS AKUPUNKTUR



Mekanisme kerja akupunktur pada diabetes melitus :

1. Menurunkan berat badan, menekan resistensi insulin dan nafsu makan, memperlambat kecepatan pengosongan lambung, meningkatkan peristaltik usus kecil.
2. Meningkatkan fungsi pankreas, meningkatkan sensitivitas insulin dan menghambat apoptosis sel beta pankreas;
3. Menurunkan glukosa darah dengan meningkatkan metabolisme glukosa anaerobik, mengatur aktivitas saraf vagal dan simpatis.
4. Menyesuaikan kadar hormon terkait seperti melatonin, insulin, glukokortikoid, epinefrin, dll.<sup>3</sup>

Akupunktur yang dikombinasikan dengan obat hipoglikemik memiliki efek sinergis dalam menurunkan glukosa darah.<sup>3</sup>

#### EFEK SAMPING AKUPUNKTUR

- Nyeri pada saat penusukan jarum
- Hematoma
- Perdarahan

Namun akupunktur umumnya aman di tangan praktisi yang kompeten.<sup>4</sup>

## AKUPRESUR

Melakukan penekanan dengan jari dilakukan pada titik akupunktur, Akupresur mempunyai beberapa efek di otak, berupa pelepasan endorfin, melemaskan otot, mengurangi rasa sakit dan menciptakan rasa nyaman.<sup>5</sup>

Efek Akupresur pada titik akupunktur LI 4, SP 6 dan LR 2 pada pasien dengan diabetes melitus :

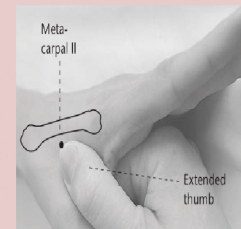
1. Mengurangi kadar Gula darah puasa
2. Mengurangi stres.<sup>5,6</sup>



#### Tata cara melakukan akupresur :

1. Penekanan dilakukan menggunakan ibu jari tangan.
2. Penekanan dilakukan selama 5 detik, dilepaskan selama 1 detik, dan diulangi sebanyak 30 kali dalam 3 menit
3. Penekanan dengan jari yang dilakukan hingga sepertiga bagian ujung kuku berwarna putih.
4. Tata cara penekanan diatas dilakukan pada titik akupunktur LI 4, SP 6 dan LR 2 (Gambar terlampir).
5. Lakukan pada kedua sisi kiri dan kanan
6. Lakukan setiap hari

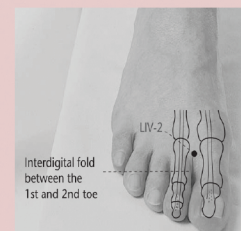
Lokasi titik akupunktur LI 4.<sup>7</sup>  
Terletak pada punggung tangan, pertengahan tulang jari ke 2



Lokasi titik akupunktur SP 6.<sup>7</sup>  
Terletak pada 4 jari diatas tonjolan tertinggi dari mata kaki bagian dalam.



Lokasi titik akupunktur LR 2.<sup>7</sup>  
Terletak antara jari kaki ke-1 dan ke-2, pangkal dari tepi antar jari kaki.



#### Referensi:

1. Diabetes Melitus - Pusat Data dan Informasi - Kementerian, <https://pusdatin.kemkes.go.id>
2. White A; Editorial Board of Acupuncture in Medicine. Western medical acupuncture: a definition. *Acupunct Med.* 2009 Mar;27(1):33-5. doi: 10.1136/aim.2008.000372. PMID: 19369193.
3. Chen C, Wang HC, Zhai X, Huang F, Wu D, Rong PJ. [Progress of Research on Mechanism of Acupuncture for Diabetes Mellitus]. *Zhen Ci Yan Jiu.* 2018 Sep 25;43(9):601-5. Chinese. doi: 10.13702/j.1000-0607.180009. PMID: 30232872.
4. Chen C, Liu J, Sun M, Liu W, Han J, Wang H. Acupuncture for type 2 diabetes mellitus: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Complement Ther Clin Pract.* 2019 Aug;36:100-112. doi: 10.1016/j.ctcp.2019.04.004. Epub 2019 Jul 2. PMID: 31383426.
5. Salmani Mood M, Yavari Z, Bahrami Taghanaki H, Mahmoudirad G. The effect of acupressure on fasting blood glucose, glycosylated hemoglobin and stress in patients with type 2 diabetes. *Complement Ther Clin Pract.* 2021 May;43:101393. doi: 10.1016/j.ctcp.2021.101393. Epub 2021 Apr 14. PMID: 33894577.
6. Zarvasi A, Jaber AA, Bonabi TN, Tashakori M. Effect of self-acupressure on fasting blood sugar (FBS) and insulin level in type 2 diabetes patients: a randomized clinical trial. *Electron Physician.* 2018 Aug 25;10(8):7155-7163. doi: 10.19082/7155. PMID: 30214697; PMCID: PMC6122868.
7. Focks C, März U, Hosbach I, editors. *Atlas of acupuncture.* 1st ed. published in English. Edinburgh : New York: Churchill Livingstone/ Elsevier; 2008

UNTUK INFORMASI LEBIH LANJUT  
HUBUNGI:

Poliklinik Akupunktur Medik RSCM  
Lantai 3 Gedung URJT  
Jl. Diponegoro no. 71  
Telp : 021-3918470

Jadwal Poliklinik  
Setiap hari Senin—Jumat  
Pukul 08.00—12.00

<https://akupunkturmedikfuirscom.com/>