



PROSIDING

Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Dengan tema :

“Tetap Produktif Bekarya Dalam Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19 ”

Kediri, 15 Desember 2021



Diterbitkan oleh :

STIKES Karya Husada Kediri

Jl. Soekarno Hatta No.7, Pelem, Kec. Pare, Kediri, Jawa Timur 64225

Web : <https://portal.stikes-khkediri.ac.id> Telp/Fax : 0354 399912

ISBN 978-623-94072-2-3

Prosiding

Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Dengan tema :

**“Tetap Produktif Bekarya Dalam Penelitian
Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa
Pandemi Covid-19 ”**

Kediri, 15 Desember 2021

ISBN 978-623-94072-2-3

Reviewer :

Dr.Ns.Ratna Hidayati,SKP,M.Kep,Sp.Mat(Penelitian)
Nian Afrian Nuari,S.Kep.,Ns.,M.Kep (Pengabdian)

Editor Tim:

Reni Yuli Astutik, SST.,M.Kes
Dodi Arso wibowo,S.Kep.,Ns.,M.Kep
Pria Wahyu RG,S.Kep.,M.Kep

Diterbitkan oleh :

STIKES Karya Husada Kediri

Jl. Soekarno Hatta No.7, Pelem, Kec. Pare, Kediri, Jawa Timur 64225
Web : <https://portal.stikes-khkediri.ac.id> Telp/Fax : 0354 399912

Prosiding

Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Dengan tema :

**“Tetap Produktif Bekarya Dalam Penelitian
Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa
Pandemi Covid-19”**

Komite Program :

Pelindung

**Ita Eko Suparni, SSiT., M.Keb (Ketua STIKES Karya Husada)
Enggar Angraini, ST, M.Gz (Direktur AKZI Karya Husada)**

Penasehat

**Efa Nuraini, S.Kep, Ns, M.Kep (Puket 1 STIKES Karya Husada)
Mirtasari Palupi, SST., MST (Ka.LPPM AKZI Karya Husada)**

Penanggung jawab

Siti Asiyah, SSiT., M.Kes

Steering Committee

Dwi Setyorini, S.Kep., Ns., M.Bio.Med

Ketua Pelaksana

Tintin Hariyani, SSiT., M.Kes

Sekretaris

Anis Setyowati, SST, M.Keb

Bendahara

Linda Ishariani, S.Kep, Ns., M.Kep

KATA PENGANTAR

Pada masa pandemi Covid-19 saat ini semua kegiatan serba terbatas tidak terkecuali kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, yang utamanya mengambil sampel atau kegiatan yang berkaitan dengan kelompok masyarakat. STIKES Karya Husada bertekad tetap memberikan kontribusi yang optimal dalam bidang Tridarma Perguruan Tinggi khususnya dalam bidang Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat meskipun dalam situasi pandemi covid-19, yang sudah berlangsung dalam 2 tahun ini. Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat harus berperan dalam memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa. Penelitian dan pengabdian Kepada Masyarakat akan mempunyai nilai manfaat salah satunya dengan cara dipublikasikan supaya bisa dibaca oleh masyarakat luas, karenanya dibutuhkan satu media untuk publikasi hasil-hasil penelitian dan Pengabdian Kepada masyarakat

*STIKES berkerjasama dengan Akademi Gizi Karya Husada Kediri berinisiatif menyelenggarakan seminar hasil penelitian dan Pengabdian Kepada masyarakat dengan tema **“Tetap Produktif Berkarya Dalam Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Dimasa Pandemi Covid-19”** menerbitkan artikel yang telah diseminarkan dalam bentuk buku prosiding.*

Akhirnya Prosiding ini diharapkan bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan implementasi teknologi meningkatkan kesejahteraan masyarakat melalui kegiatan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat yang berbasis kesehatan.

Kediri, 15 Desember 2021

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Kata Pengantar	ii
Daftar Isi	iii

Penelitian

1	EFEKTIFITAS SENAM YOGA ANTENATAL TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU PRIMIGRAVIDA DALAM MENGHADAPI PERSALINAN DI PUSKESMAS TANJUNG KARANG KOTA MATARAM(Nurul Auliya Kamila¹⁾	1-7
2	GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PERAWATAN LUKA PERINEUM PASCA BERSALIN DI DESA PARITI DAN KELURAHAN SULAMU KUPANG NTT (Ningsi Nofita Sinlae, Linda Andri Mustofa, Dewi Taurisiawati)	8-15
3	GAMBARAN PERBEDAAN STATUS GIZI BAYI USIA 6-12 BULAN YANG DIBERI ASI EKSKLUSIF DAN TIDAK EKSKLUSIF(Khatarina scolastika manhitu¹, Siti Asiyah², Dwi Ertiana³)	16-19
4	PERAN ORANG TUA MENGENALKAN PENULARAN COVID-19 PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI DUSUN KANDANGAN DESA SUGIHWARAS KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN NGANJUK (Dodik Arso Wibowo Skep Ns MKes, Ns Wahyu Tanoto M.Kep, Sri Yuniati)	20-29
5	PENGARUH PEMBERIAN JAHE DAN SERAI TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA GOUT ARTRITIS (GA) DI UNIT PELAKSANA TEKNIS PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDA JOMBANG KEDIRI(Pria Wahyu RG, Linda Ishariani, Mar'atu Sholikah)	30-38
6	PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN METODE VIDEO DAN DEMONSTRASI DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN PSIKOMOTOR IBU DALAM PERTOLONGAN PERTAMA PADA KASUS KEJANG DEMAM DI DESA KATERBAN KECAMATAN BARON KABUPATEN NGANJUK (Yuspita Rahmawati¹, Linda Ishariani², Dwi Setyorini³)	39-46
7	PENDIDIKAN KESEHATAN PAEH (PERSONAL AND ENVIRONMENTAL HYGIENE) DENGAN MEDIA SERBANEKA (3D) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP KELUARGA TENTANG PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19 SELAMA PANDEMI DI DESA DADAPAN KEC. SOLOKURO KAB. LAMONGAN (Illiyyah Mawaddah¹, Farida Hayati, S.Kep.,M.Kep², Linda Ishariani, S.Kep.,Ns.,M.Kep³)	47-53
8	KARAKTERISTIK IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI PUSKESMAS KALIDAWIR KABUPATEN TULUNGAGUNG(Siti Asiyah^{1*}, Wuri Widi Astuti², Eni Isnani³)	54-60
9	GAMBARAN FAKTOR RISIKO KEJADIAN STUNTING PADA BALITA DI DESA PRANGGANG KECAMATAN PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI (Inies Zulyanies¹, Mirthasari Palupi,SST., M.Kes.²)	61-66

10	POLA KONSUMSI DAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DENGAN KOMPLIKASI HIPERTENS DI KLINIK Dr.VITIS GROGOL (Mirthasari Palupi, SST., M.Kes ¹ , Radita Dinar Pebriantini ²)	67-75
11	STATUS GIZI BAYI YANG DI BERI PENGANTI AIR SUSU IBU (PASI) DI DESA PRANGGANG KECAMATAN PLOSOKLATEN KABUPATEN KEDIRI (Enggar Anggraeni ^{1*} , Marlina Nike Dyah Elawati ²)	76-81
12	PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG DAN STATUS GIZI ANTARA SISWA SMP DENGAN MTS DI KECAMATAN PARE KABUPATEN KEDIRI (Qorry Anisza Rachmawati ¹ , Enggar Anggraeni ²)	82-91
13	EFEKTIFITAS PENYULUHAN DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN KESIAPSIAGAAN IBU MENGHADAPI PERSALINAN DI ERA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS NEGERI LIMA KABUPATEN MALUKU TENGAH (, Linda Andri Mustofa ^{1*} , Indaraya Hatuwe. ²)	92-98
14	METODE <i>BUTTERFLY HUG</i> DALAM MENURUNKAN KECEMASAN PADA LANSIA DI UPT PSTW JOMBANG KEDIRI (Syahdila Sabrina Agusti ^{1*} , Pria Wahyu RG ² , Dhina Widayati ³)	99-105
15	EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DALAM MENINGKATKAN KEPATUHAN MASYARAKAT DALAM PROTOKOL KESEHATAN PENCEGAHAN COVID 19 Zahra Danie Anindhita ^{1*} , Dhina Widayati ² , Eko Arik Susmiatin ³	106-119

Pengabdian Kepada masyarakat

1	PERILAKU ERDIK SEBAGAI UPAYA PROMOTIP DAN PREVENTIP UNTUK MENCAPAI KUALITAS HIDUP YANG OPTIMALBAGI PESERTA PROLANIS Di Klinik Akbar Medika (Nunuk Nurhayati ^{1*} , Partina ²)	120-125
2	EDUKASI TENTANG PERUBAHAN FISIK DAN KETIDAK NYAMANAN PADA MASA KEHAMILAN DI WILAYAH KEDIRI,TULUNGAGUNG,DAN NUSA TENGGARA TIMUR (Siti Asiyah ^{1*} ,Eka Mei Priana ^{2*} ,Lina Rima Novita ^{3*} , Yetan Susatri Nokas ^{4*} , Maria Elisabeth ^{5*})	126-131
3	EDUKASI SIAGA BENCANA PADA ANAK MELALUI VIDEO KARTUN ANIMASI (Brivian Florentis Yustanta ^{1*} , Cindy Alifah Ramadhani ² , Astutik ³)	132-137
4	PROGRAM SI GEMBUL (AKSI IBU PEDULI TIMBANGAN DAN KESEHATAN BALITA) UNTUK PENINGKATAN CAKUPAN D/S (Dewi Taurisiawati Rahayu ^{1*} , Dwi Ertiana ² , Shelly Nindi ³)	138-144

5	PENINGKATAN PENGETAHUAN WUS TENTANG KELUARGA BERENCANA SEBAGAI UPAYA PENEKANAN JUMLAH KEHAMILAN PADA MASA PANDEMI COVID-19 (Wuri Widi Astuti ^{1*} , Ismatul Izzah ²)	145-149
6	STRATEGI EDUKASI DAN IMPLEMENTASI <i>HYPERTENSION SELF MANAGEMENT BEHAVIOR</i> PADA PENDERITA HIPERTENSI (Nurul Laili, S.Kep.Ns., M.Kep , Leary Nadia Nurlaily, Jundah Erlina)	149-156
7	PENDAMPINGAN IBU HAMIL RISIKO TINGGI MELALUI KONSELING DI MASA PANDEMI COVID-19 (Ita Eko Suparni ^{1*} , Fitri Yuniarti ²)	157-163
8	MODEL COMBI (<i>COMUNICATION FOR BEHAVIOURAL IMPACT</i>) DALAM MANAJEMEN DEHIDRASI PADA REMAJA (Dhina Widayati ^{1*})	164-168
9	PENDAMPINGAN ADAPTASI KEBIASAAN BARU SEKOLAH DI MASA PANDEMI COVID-19 (Dwi Yuliawati ^{1*} , Wahyu Wijayati ²)	169-174
10	PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PERSIAPAN PEMBERIAN AIR SUSU IBU (ASI) EKSKLUSIF PADA IBU HAMIL DI DESA DARUNGAN KECAMATAN PARE KABUPATEN KEDIRI (Ratna Hidayati ^{1*})	175-180
11	PEMANFAATAN HATI SAPI SEBAGAI SUMBER SELENIUM SEBAGAI PMT BEBAS GLUTEN, KASEIN DAN GULA UNTUK ANAK AUTIS DI MUTIARA HATI KERTOSONO (Cucuk Suprihartini ^{1*} , Mirthasari Palupi ² , Rizka Mar'atus Sholichah ³)	181-184
12	PEMANFAATAN VIDEO ANIMASI UNTUK MENINGKATAN PENGETAHUAN GIZI SEIMBANG SISWA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) GAGAK RIMANG BADAS (Enggar Anggraeni ^{1*} , Tutut Pujiyanto ² , Frengky Arif Budiman ³ , Gustian Wahyu Pratama ⁴)	185-190
13	UPAYA PENCEGAHAN ANEMIA PADA REMAJA MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN REPRODUKSI DI SMA NEGERI 1 PLEMAHAN (Nunik Ike Yunia Sari ¹ , Wahyu Nuraisya ²)	191-196
14	HEALTH EDUCATION DALAM PENANGANAN KRAM OTOT PADA SISWA (Linda Ishariani)	197-201
15	TERAPI KOMPLEMENTER PENGURANGAN NYERI DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMK AL-AZHAR TULUNGAGUNG TANGGAL 2 NOVEMBER 2021(Endah Luqmanasari, SSiT.M.Kes ¹ , Dwi Yuliawati, SST.M.Keb ²)	202-208
16	ISU TERKINI MASALAH KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA DAN PEMERIKSAAN GOLONGAN DARAH SERTA TENSI DI SMK NEGERI NGADIREJO PACITAN (Wahyu Nuraisya ¹ , Estin Gita Maringga ²)	209-215
17	SOSIALISASI PENANGANAN PERTAMA PINGSAN TERHADAP PENGETAHUAN MURID SMPN 1 KAYEN KIDUL DALAM MENINGKATKAN DERAJAT KESEHATAN SISWA SEKOLAH (Didit Damayanti)	216-220

18	PEMBINAAN KELOMPOK GENERASI BERENCANA MELALUI PEMAHAMAN IDENTITAS GENDER DALAM KESEHATAN REPRODUKSI (Eka Sri Purwandari,Nunik Ike Yunia Sari, Reni Yuli Astutik)	221-226
19	EDUKASI DETEKSI DINI DAN MANAJEMEN STRES PADA REMAJA DI MASA PANDEMI COVID 19 (Widyasih Sunaringtyas, Vyona Nur Hazliza)	227-232
20	AKUPRESSURE UNTUK MENGATASI <i>COMMOND COLD</i> RINGAN PADA BAYI USIA 6-12 BULAN DI DESA SAMBONG DUKUH JOMBANG (Linda Andri Mustofa, Inimroatul Qonita)	233-236
21	TETAP SEHAT DALAM MASA PANDEMI DENGAN PENDAMPINGAN IBU HAMIL TRIMESTER III SAMPAI MASA PERSALINAN (Tintin Hariyani,Nuryani,Annisatul Fuadah)	237-241
22	EDUKASI PENCEGAHAN PENULARAN HIV/AIDS DAN PEMBENTUKAN GRUP REMAJA SEHAT (REHAT) DI MAN 1 BLITAR (Lina Ratnawati ^{1*} , Dintya Ivantarina ²)	242-246

Efektivitas *Laser Acupoint* terhadap Kecemasan pada Lansia

Melani Kartika Sari

Program Studi S1 Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, email:melastarte@gmail.com, 085731007697

Abstrak

Latar belakang: Kecemasan merupakan masalah psikologis yang sering terjadi pada lansia. Kecemasan merupakan perasaan khawatir yang objeknya bias atau tidak jelas terhadap sesuatu yang belum pasti. Hal ini sering berkaitan dengan terjadinya berbagai perubahan fisik, sosial, dan ekonomi yang terjadi pada lansia akibat proses penuaan. *Laser acupoint* merupakan intervensi alternatif yang dikembangkan dari akupunktur dan acupressure dengan menggunakan sinar laser berenergi rendah yang bertujuan untuk menyeimbangkan energi tubuh dan homeostasis.

Tujuan: Tujuan penelitian ini yaitu menganalisis efek *laser acupoint* terhadap Kecemasan pada lansia.

Metode: Jenis penelitian ini adalah Pra Eksperiment, one group pre-post test design dengan jumlah sampel sebanyak 26 responden. Data dikumpulkan menggunakan Geriatric Anxiety Inventory (GAI). Titik yang digunakan pada Laser Acupoint yaitu *He Ku (Li. 4)*, *Sen Men (HT.7)*, *Tai Chong (LR.3)* dan *Sing Cien (LR. 2)*. Intervensi dilakukan selama 20 menit, dengan frekuensi 2 kali dalam satu minggu, dan dilakukan selama 6 kali terapi. Analisis data menggunakan *Wilcoxon sign rank test*.

Hasil: hasil $p=0,00$ dengan taraf kepercayaan 95%. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh *laser acupoint* terhadap Kecemasan pada lansia.

Simpulan: *Laser acupoint* dapat digunakan sebagai salah satu intervensi alternatif dalam mengatasi Kecemasan pada lansia.

Kata kunci: Kecemasan, lansia, *laser acupoint*,

Abstract

Background: Anxiety is a psychological problem that often occurs in the elderly. Anxiety is a feeling of worry whose object is biased or unclear towards something that is not certain. This is often related to the various physical, social, and economic changes that occur in the elderly due to the aging process. *Laser acupoint* is an alternative intervention developed from acupuncture and acupressure using low-energy laser light which aims to balance body energy and homeostasis. **Purpose:** The aims of this study was to analyze the effect of laser acupoint on anxiety in the elderly.

Methods: This type of research is pre-experimental, one group pre-post test design with a total sample of 26 respondents. Data were collected using the Geriatric Anxiety Inventory (GAI). The points used on the Laser Acupoint are *He Ku (Li. 4)*, *Sen Men (HT.7)*, *Tai Chong (LR.3)* and *Sing Cien (LR. 2)*. The intervention was carried out for 20 minutes, with a frequency of 2 times a week, and carried out for 6 times of therapy. Data analysis used the *Wilcoxon sign rank test*.

Result: the result of $p = 0.00$ with a confidence level of 95%. This shows the effect of laser acupoint on anxiety in the elderly.

Conclusion: Acupoint laser can be used as an alternative intervention in overcoming anxiety in the elderly.

Keywords: laser acupoint, anxiety, elderly

Pendahuluan

Lanjut usia merupakan fase akhir dalam tahap perkembangan manusia. Hal ini merupakan suatu proses alami yang pasti akan dialami oleh setiap individu. Berbagai perubahan fisiologis, sosial, ekonomi, berpotensi menimbulkan gangguan pada kesehatan fisik maupun mental. Salah satu masalah Kesehatan mental yang sering muncul pada lansia adalah Kecemasan atau kecemasan (1). Kecemasan merupakan kekhawatiran yang tidak jelas dan bersifat menyebar atau bias, serta berkaitan dengan rasa tidak pasti dan tidak berdaya (2).

Angka kejadian Kecemasan pada lansia menurut Kretchy yang melakukan penelitian pada 400 lansia hipertensi, 56% diantaranya mengalami Kecemasan (3). Sedangkan menurut Akhriansyah angka kejadian Kecemasan pada dewasa dan lansia di negara berkembang berkisar 50% (4).

Kecemasan dipandang dari *Traditional Chinese Medicine*, dengan sudut pandang keseimbangan Yin dan Yang dan Lima Unsur merupakan suatu kondisi yang diakibatkan api hati membumbung. Kondisi ini disebut juga *Kan-Huo* yang disebabkan *Yang-Se-hati*. Kecemasan terdiri dari beberapa aspek yaitu aspek fisik, aspek emosional, dan aspek kognitif. Aspek fisik mencakup rasa pusing, berkeringat dingin, rasa mual, perasaan berdebar dan lainnya. Sedangkan aspek emosional mencakup rasa takut dan panik. Aspek kognitif mencakup kebingungan dalam berpikir, gangguan pada memori, dan rasa bingung (5).

Intervensi alternatif merupakan tindakan penanganan pasien secara tradisional yang telah diakui dan dapat dilakukan sebagai pengganti intervensi konvensional, maupun dilakukan secara berdampingan dengan terapi medis (6). Menurut Undang-Undang Keperawatan No.38 tahun 2014,

tentang pengobatan alternatif pada pelayanan Kesehatan. Hal yang dimaksud adalah tindakan intervensi non konvensional yang bertujuan untuk meningkatkan derajat hidup masyarakat melalui upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif serta didapat melalui pendidikan yang terstruktur, berkualitas dan memiliki keamanan dan efektivitas yang tinggi. *Laser acupoint* merupakan salah satu intervensi alternatif yang dikembangkan dari *Traditional Chinese Medicine* dengan menggunakan sinar laser berenergi rendah pada titik-titik meridian akupunktur. Intervensi ini bersifat tidak nyeri, tidak menyebabkan trauma atau kerusakan pada kulit, tidak menyebabkan infeksi, serta waktu terapi yang lebih singkat dibandingkan dengan akupunktur menggunakan jarum. *Laser acupoint* mampu membantu memberikan energi sehingga tercapai keseimbangan Yin dan Yang dan keseimbangan antar organ di dalam tubuh manusia (7)

Radiasi sinar laser memengaruhi sistem enzimatik dalam respirasi sel. Sinar diserap sesuai panjang gelombang oleh fotoreseptor primer lalu mengaktifkan mitokondria untuk mensintesis ATP serta menimbulkan perubahan muatan pada intra dan ekstra sel yang menyebabkan arus energi di sekitarnya (8). Sinar laser dosis rendah mampu mengurangi nyeri inflamasi, meningkatkan penyembuhan luka, penyakit kronis, mengurangi nyeri neurogenik serta memperbaiki masalah saraf (9). Rangsangan pada titik-titik akupunktur dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan (10).

Metode

Jenis penelitian ini merupakan pra eksperiment dengan *one group pre-post test design*. Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan, pada bulan Oktober hingga November tahun 2018. Populasi penelitian ini adalah lansia yang mengalami kecemasan di wilayah kerja Puskesmas Papar, Kabupaten

Kediri. Jumlah responden penelitian ini yaitu 26 lansia yang diambil menggunakan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling*.

Kriteria Inklusi dalam penelitian ini yaitu lansia berusia 60 hingga 90 tahun yang mengalami kecemasan dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu lansia yang pernah menjalani terapi *laser acupoint*, mengalami depresi dan gangguan kognitif berat.

Intervensi *laser acupoint* dilakukan pada responden yang memenuhi kriteria inklusi selama 20 menit. Frekuensi intervensi yaitu 2 kali dalam satu minggu. Total pelaksanaan intervensi yaitu sebanyak 6x.

Data diperoleh melalui kuesioner GAI (*Geriatric Anxiety Inventory*) yang terdiri dari 20 pertanyaan. Hasil penilaian kuesioner GAI terbagi menjadi empat kategori, skor 1-5 dikategorikan Kecemasan ringan, 6-10 dikategorikan Kecemasan sedang, 11-15 dikategorikan Kecemasan berat,

dan skor 16-20 dikategorikan sebagai Kecemasan panik.

Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat Kecemasan sebelum dan sesudah intervensi *laser acupoint*.

Penelitian ini telah mendapatkan surat laik etik dari komite etik Stikes Karya Husada Kediri pada tanggal 12 September 2018 dengan nomor 155/EC/LPPM/STIKES/KH/IX/2018

Hasil

Penelitian ini dilakukan pada lansia yang mengalami Kecemasan di wilayah kerja Puskesmas Papar.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik		f	%
Jenis Kelamin	Pria	12	46,15%
	Wanita	14	53,85%
Jumlah		26	100%
Usia	60-74 thn	1	73,07%
	75-90 thn	9	26,93%
		7	

Jumlah		2	100%	Hasil analisis data menggunakan uji <i>Wilcoxon Sign Rank Test</i>
		6		
Pendidikan	Tidak Sekolah	2	7,69%	menunjukkan $p=0,00$, dengan mean <i>pretest</i> 2,615 dan mean <i>posttest</i> 1,88. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh intervensi <i>Laser Acupoint</i> terhadap Kecemasan pada lansia.
	SD	1	38,46%	
	SMP	0	34,62%	
	SMA	9	19,23%	
		5		
Jumlah		2	100%	
		6		Pembahasan

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden penelitian yang sebagian besar berusia 60 hingga 74 tahun, berjenis kelamin wanita, dan tingkat pendidikan mayoritas adalah Sekolah Dasar (SD).

Tabel 2 Tingkat Kecemasan Lansia sebelum dan sesudah intervensi *Laser Acupoint*

Kecemasan	Pretest		Posttest	
	F	%	F	%
Ringan	0		4	
Sedang	10		21	
Berat	16		1	
Panik	0		0	
<i>Wilcoxon Sign Rank Test p= 0,00</i>				

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh intervensi *Laser Acupoint* terhadap Kecemasan. Penurunan tingkat Kecemasan terbesar yaitu 7 dan terkecil 0. Dalam penelitian ini terdapat 7 responden yang secara kategori tidak menurun tingkat Kecemasannya yaitu berada dalam kategori Kecemasan sedang dan berat, namun secara nominal terjadi penurunan skala Kecemasan dari skala 8 ke 6, 9 ke 8, 10 ke 7, 7 ke 6, 9 ke 5, 10 ke 8, dan 13 ke 12. Jadi secara kualitatif tetap terjadi penurunan skala Kecemasan meskipun secara kategorik masih berada di dalam tingkat Kecemasan yang sama. Hasil *negative rank* pada uji *Wilcoxon Sign Rank*

Test=19. Hal ini menunjukkan nilai kelompok *post test* lebih rendah dari nilai kelompok *pre test*. Hal ini menguatkan bahwa terjadi penurunan Kecemasan yang bermakna pada responden setelah dilakukan intervensi *laser acupoint*.

Kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman, atau rasa takut terhadap hal yang bias, tidak spesifik, atau tidak diketahui oleh individu yang disertai respon. Perasaan khawatir membuat seseorang mengambil tindakan atau respon terhadap hal yang dianggap sebagai ancaman (2). Individu yang mengalami Kecemasan atau kecemasan akan mengalami berbagai perubahan pada tanda-tanda vital, mengalami gangguan pola makan, gangguan tidur dan ketegangan otot. Ketegangan otot terjadi sebagai respon tubuh yang waspada terhadap bahaya yang mengancam.

Ditinjau dari ilmu *Traditional China Medicine* (TCM) tentang akupunktur, Kecemasan

merupakan efek dari fungsi *yang*-hati yang berlebihan. *Yang* berlebih ini memengaruhi keempat organ Zang lainnya sehingga menimbulkan *Yang se* atau energi hati yang berlebihan. *Laser acupoint* yang bertujuan menurunkan Kecemasan ditujukan pada titik-titik meridian akupunktur tertentu. Titik akupunktur yang berfungsi menurunkan Kecemasan antara lain *He Ku* (Li. 4), *Sen Men* (HT.7), *Tai Chong* (LR.3) dan *Sing Cien* (LR. 2) (11).

Titik *He Ku* dan *Sen Men* merupakan titik yang berfungsi untuk menenangkan jantung, menghilangkan api, menjernihkan aliran panas jantung, menyegarkan sirkulasi darah, dan mengatur perputaran atau peredaran energi di dalam tubuh. Sedangkan titik *Tai Chong* dan *Sing Cien* memengaruhi saraf simpatis dan memberikan efek vasodilator. Titik ini juga memiliki manfaat mengurangi panas pada darah, menentramkan angin, dan mengurangi panas hati (10).

Laser acupoint mampu memengaruhi titik-titik yang berpengaruh pada Kecemasan. Selain itu, intervensi ini juga nyaman dan tidak sakit. Hal ini dapat memberikan pengaruh pada psikologis pasien berupa rasa tenang, rileks, nyaman, dan dapat menurunkan stres (12). Perilaku *caring* perawat dalam pemberian intervensi *Laser Acupoint* juga dapat menstimulasi pengeluaran endorfin. Kondisi yang tenang dan rileks dapat meningkatkan emosi positif yang mendorong sekresi hormon endorfin yang berfungsi sebagai pereda rasa sakit dan pengendali sekresi CRF yang berlebih (13).

Berdasarkan teori *Traditional Chinese Medicine* dan Psikoneuroimunologi tersebut, pemberian intervensi *Laser Acupoint* pada lansia dapat menurunkan sekresi norepinefrin. Hal ini memberikan pengaruh pada penurunan kecemasan, serta penurunan tekanan darah. Stimulasi pada titik meridian

akupunktur yang berhubungan dengan hati menggunakan sinar laser juga dapat menenangkan hati yang kelebihan energi dan menyeimbangkan energi di dalam tubuh sehingga Kecemasan dapat menurun. Selain itu, stimulasi pada titik tersebut juga dapat memperlancar sirkulasi darah.

Simpulan dan Saran

Laser Acupoint dapat menurunkan tingkat Kecemasan pada lansia. Titik meridian akupunktur yang digunakan yaitu *He Ku (Li. 4)*, *Sen Men (HT.7)*, *Tai Chong (LR.3)* dan *Sing Cien (LR. 2)*. *Laser Acupoint* dapat digunakan sebagai intervensi alternatif beragam masalah Kesehatan lain yang terjadi pada lansia.

Daftar Pustaka

1. Annisa D. Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lansia. *J Konselor*. 2016;5(2):93–9.
2. Yusuf A. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. 2015. 304 p.
3. Kretchy IA, Owusu-Daaku FT, Danquah SA. Mental health in hypertension: assessing symptoms of anxiety, depression and stress on

- anti-hypertensive medication adherence. *Int J Ment Health Syst* [Internet]. 2014 Jun 21 [cited 2021 Dec 13];8(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24987456/>
4. Akhriansyah. Pengaruh Progressive Muscle Relaxation terhadap Perubahan Kecemasan, Insomnia dan Kemampuan Relaksasi di PSTW Kabupaten Bungo. Universitas Andalas.; 2016.
5. Risnawati. Konsep Kecemasan pada Lansia. *J Konselor*. 2014;5(2).
6. Hawks J. CAM: Definition and classification overview - ProQuest [Internet]. 2012. 2012 [cited 2021 Dec 13]. Available from: <https://www.proquest.com/docview/220165542>
7. M KV& W. A Practical Book of Acupuncture. 1st ed. Berlin: Fuchtenbusch; 2012.
8. Saputra K. Laser Acupuncture. Surabaya: Airlangga University Press; 2014.
9. Navratil L. Containdication in Noninvasive laser therapy: truth and fiction. *JClin Laser Med Surg*. 2012;20(6):341–3.
10. Lin G. Effectiveness of Acupressure on the Taichong Acupoint in Lowering Blood Pressure ini Patients with Hypertention: A Randomized Clinical Trial. *Evid Based Complement Altern Med*. 2016;21(16):1–9.
11. Shariati A. The Effect of Accupressure on Sleep Quality in Hemodialysis Patients. *Complement Ther Med*. 2012;20(6):417–23.
12. Andersson. Caring for the Vulnerable Perspective in Nursing Theory Practice and Research. 2nd ed. Jones and Bartlett Publisher; 2008.
13. Singh. Mental and Spiritual Health and Heart: A Viewpoint. *World Heart J*. 2016;8(3):233–6.