

**Penanganan Keluhan Fisik
dan Psikologi Berbasis Komunitas
Dengan Menggunakan Pengobatan
Tradisional Komplementer:
Terapi Sujok**

Intansari Nurjannah



GADJAH MADA UNIVERSITY PRESS

Daftar Isi

Prakata.....	v
Daftar Isi	vii
Daftar Gambar	xi
Daftar Tabel.....	xv
Bab I Pendahuluan	1
Bab II Pengobatan Tradisional Komplementer	3
2.1 Apa itu Terapi Sujok ?.....	5
2.2 Berbagai Macam Metode Terapi dengan Menggunakan Sujok	6
2.3 <i>Evidence Based</i> Terapi Sujok pada Masalah Kesehatan	10
Bab III Keluhan Fisik dan Psikologis	16
3.1 Keluhan Fisik: Nyeri	16
3.1.1 Definisi Nyeri	16
3.1.2 Jenis-jenis Nyeri	18
3.1.3 Bagaimana Cara Mengukur Nyeri	20
3.1.4 <i>Evidence Based</i> (Bukti Ilmiah) Penanganan Nyeri Secara Konvensional	21
3.1.5 Berbagai Macam Kemungkinan Terapi Tradisional Terkait Nyeri	22
3.2 Keluhan Psikologis.....	22

BAB IV Aplikasi Terapi Sujok pada Berbagai Keluhan Fisik dan Psikologis	27
4.1 Sistem Panca Indra	31
4.1.1 Kasus Mata: Chalazion/Kalazion (P-82).....	31
4.1.2 Kasus Hidung: Epistaxis/Mimisan (P-627).....	38
4.1.3 Kasus Hidung: Polip (392A).....	39
4.1.4 Kasus Sariawan (P-4).....	41
4.1.5 Kasus Sakit Gigi (552).....	43
4.2 Sistem Muskuloskeletal.....	44
4.2.1 Kasus Nyeri di Tangan Hingga Kaki (P-500)	44
4.2.2 Kasus Punggung Tangan (P-606).....	45
4.2.3 Kasus Kram di Kaki (P-6).....	48
4.2.4 Kasus Nyeri Telapak Kaki (P-31)	49
4.3 Sistem Peredaran Darah	50
4.3.1 Kasus Nyeri Dada (P-581)	50
4.4 Sistem Pencernaan.....	52
4.4.1 Kasus Diare (P-34).....	52
4.4.2 Kasus Konstipasi/Sembelit (P-468)	54
4.4.3 Kasus <i>Appendicitis</i> – Usus Buntu (P-564).....	56
4.4.4 Kasus Hemoroid (P-1).....	59
4.5 Sistem Endokrin	61
4.5.1 Kasus Hipertiroid (P-221).....	61
4.5.2 Kasus Hypothyroid (P-57)	63
4.5.3 Kasus Retinopathy Diabetic (P-599).....	64
4.6 Sistem Syaraf.....	68
4.6.1 Kasus Stroke (P-217)	68
4.6.2 Kasus Masalah di Tulang Punggung (L5-S1) (P-371).....	70

4.6.3 Kasus Masalah di Tulang Punggung hingga Tulang Cervikal (P-324)	71
4.6.4 Kasus Masalah di Tulang Punggung L4-L5 (P-81).....	72
4.7 Sistem Pernapasan.....	74
4.7.1 Kasus Sakit Tenggorokan (P-9).....	74
4.7.2 Kasus COVID-19 di Shelter (P-623)	75
4.7.3 Kasus <i>Snoring</i> /Mendengkur (P-54).....	76
4.8 Sistem Kelenjar	77
4.8.1 Kasus Pembengkakan Limfatik (P-497)	77
4.9 Sistem Ekskresi	79
4.9.1 Kasus Infeksi Saluran Kemih (ISK) (P-436).....	79
4.10 Sistem Reproduksi.....	80
4.10.1 Kasus pada Pria: Varikokel (P-352)	80
4.10.2 Kasus pada Wanita: Gatal pada Area Kemaluan (P-24).....	82
4.11 Sistem Integumen.....	83
4.11.1 Kasus Gatal pada Seluruh Tubuh (P-387)	83
4.12 Emosi.....	85
4.12.1 Kasus Emosi Marah (P-149)	85
4.12.2 Kasus Berduka (P-626)	86
BAB V Kesimpulan.....	89
Daftar Pustaka.....	90
Indeks.....	97
Tentang Penulis.....	99