

PERAN PERAWAT

Terapi Komplementer



By Ari Dwi Sulaksono, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Definisi Peranan

Care giver

Seorang pengasuh yang telah lulus pendidikan atau pelatihan untuk melakukan **PENDAMPINGAN** serta bertanggung jawab terhadap **seseorang yang tidak mampu** merawat dirinya sendir..

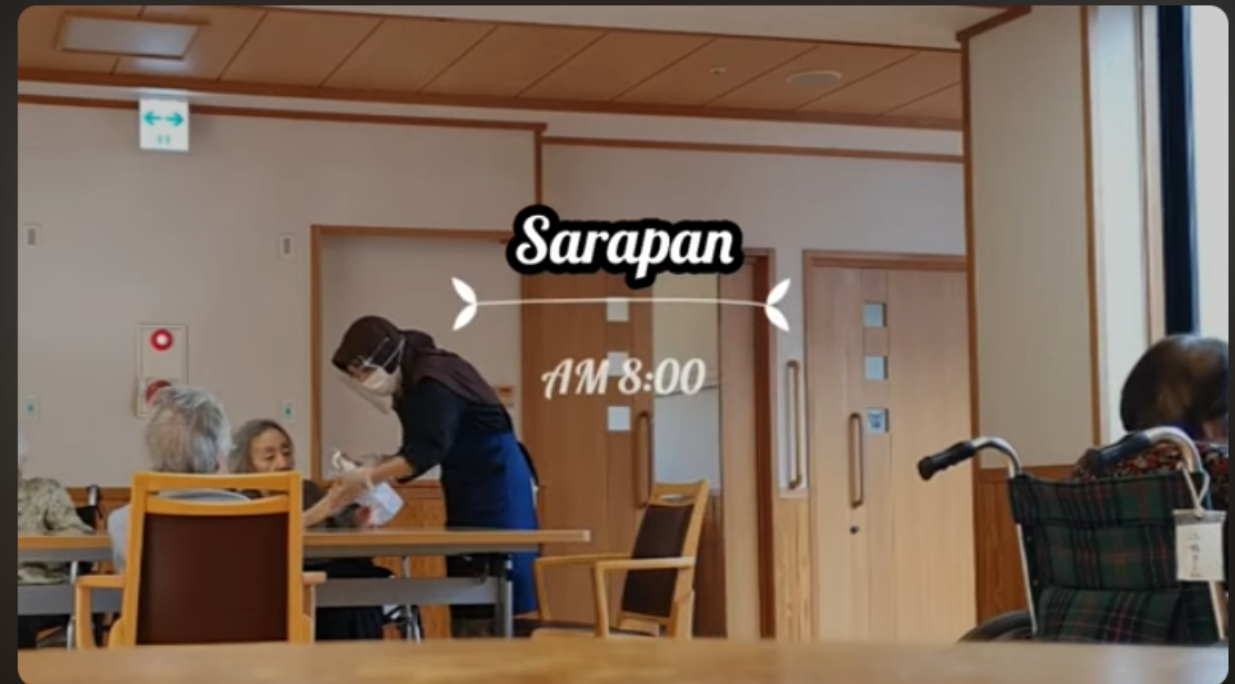


Care giver



Kalau saya, karena akan menjadi "care giver"

Kerja Caregiver (Kaigo) Tidak Sesimple Yang Dibayangkan | MajimajiTV



japan Vlog || kerja kaigo jepang shift pagi part 1

Definisi Peranan

Educator



PEMBERI EDUKASI

Perawat memberikan informasi kepada pasien dan keluarga mengenai: Manfaat, risiko, dan bukti ilmiah terapi komplementer.

Cara penggunaan yang benar dan aman.

Kesesuaian dengan kondisi medis pasien.

Contoh:

Perawat menjelaskan kepada pasien hipertensi tentang manfaat relaksasi napas dalam untuk membantu menurunkan tekanan darah.



Educator

Definisi Peranan

PENDAMPING DAN FASILITATOR

Perawat mendampingi pasien selama proses terapi, menciptakan lingkungan yang nyaman dan tenang agar terapi berjalan efektif.

Contoh:

Saat pasien menjalani terapi musik untuk mengurangi nyeri, perawat mempersiapkan ruangan yang tenang dan memutar musik yang sesuai preferensi pasien.



Fasilitator

Definisi Peranan

PELAKSANA

Pelaksana (Setelah Pelatihan Khusus)

Perawat dapat **melakukan terapi komplementer tertentu** yang diperbolehkan secara legal dan telah dilatih, misalnya:

Aromaterapi

Teknik relaksasi

Pijat ringan/refleksi

Akupresur

Contoh:

Perawat di ruang paliatif melakukan pijat refleksi kaki ringan untuk mengurangi kecemasan pada pasien kanker terminal.



KOORDINATOR LAYANAN TERAPI KOMPLEMENTER

Perawat bekerja sama dengan ahli terapi alternatif atau dokter untuk merujuk pasien yang membutuhkan terapi spesifik.

Contoh:

Perawat merujuk pasien dengan nyeri kronik ke ahli akupunktur setelah mendapat persetujuan dari dokter.



Definisi Peranan

Evaluator



EVALUATOR EFEKTIVITAS

Perawat memantau dan mengevaluasi respons pasien terhadap terapi, misalnya:
Perubahan tekanan darah
Tingkat kecemasan/nyeri
Kualitas tidur

Contoh:

Setelah 3 sesi meditasi dengan bimbingan, perawat mencatat bahwa pasien mengalami penurunan frekuensi insomnia.

ADVOKAT PASIEN

Perawat memastikan hak pasien untuk memilih terapi komplementer yang diinginkan, serta membantu menjelaskan pilihan-pilihan yang aman dan sesuai kondisi medis.

Contoh:

Pasien pasca operasi menolak obat nyeri, dan perawat mengadvokasikan agar pasien diberikan aromaterapi lavender sebagai alternatif untuk menurunkan ketegangan.

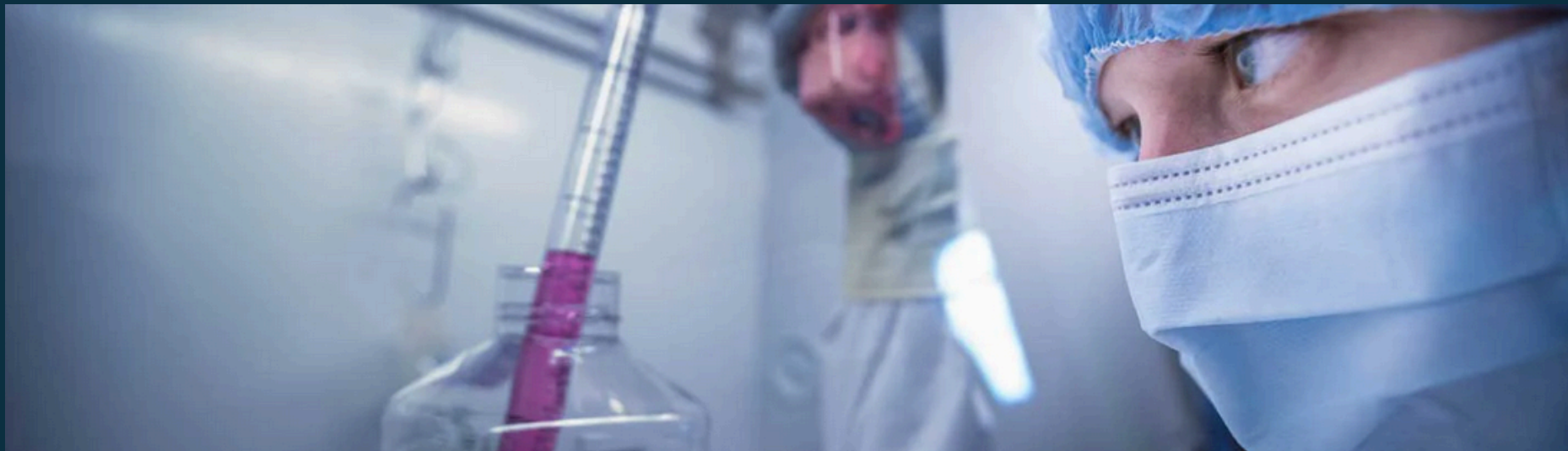


PENELITI ATAU KONTRIBUTOR EVIDENCE-BASED PRACTICE

Perawat dapat terlibat dalam penelitian terapi komplementer untuk menunjukkan efektivitasnya dan mendukung praktik berbasis bukti.

Contoh:

Perawat melakukan penelitian tindakan terhadap penggunaan teknik pernapasan diafragma pada pasien COPD di ruang rawat.



Dasar Hukum Terapi Komplementer di Indonesia

1. **Permenkes RI No. 1109/MENKES/PER/2007** tentang **Penyelenggaraan Pengobatan Komplementer dan Alternatif**

Mengatur tata cara penyelenggaraan terapi komplementer dan alternatif secara legal di fasilitas pelayanan kesehatan.

2. **Permenkes RI No. 15 Tahun 2018** tentang **Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Tradisional Integrasi**

Mengatur integrasi pengobatan tradisional, komplementer, dan alternatif dalam sistem pelayanan kesehatan.

3. **Standar Profesi Keperawatan (PPNI)**

Memuat bahwa perawat **boleh melakukan terapi komplementer** seperti **pijat, aromaterapi, relaksasi, dan terapi musik** setelah mendapatkan pelatihan dan kewenangan.

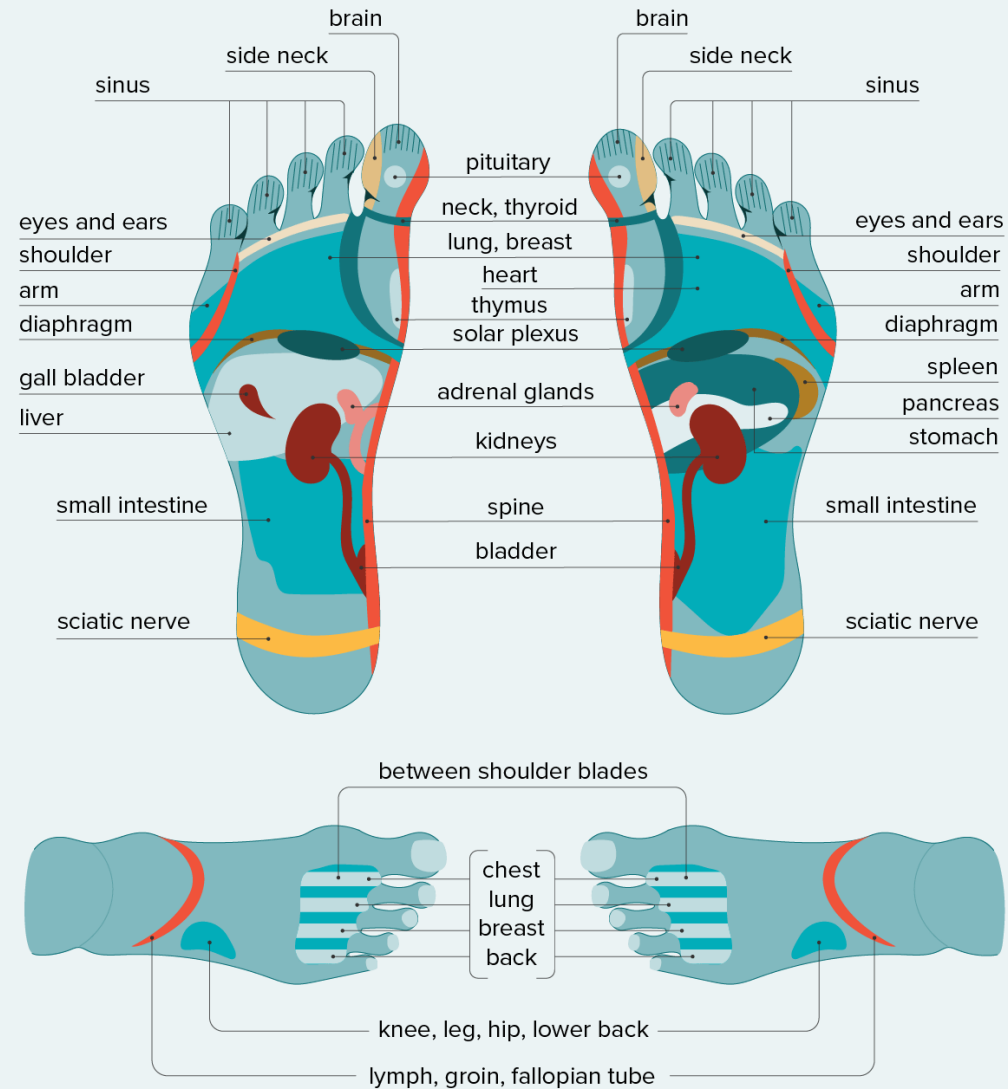


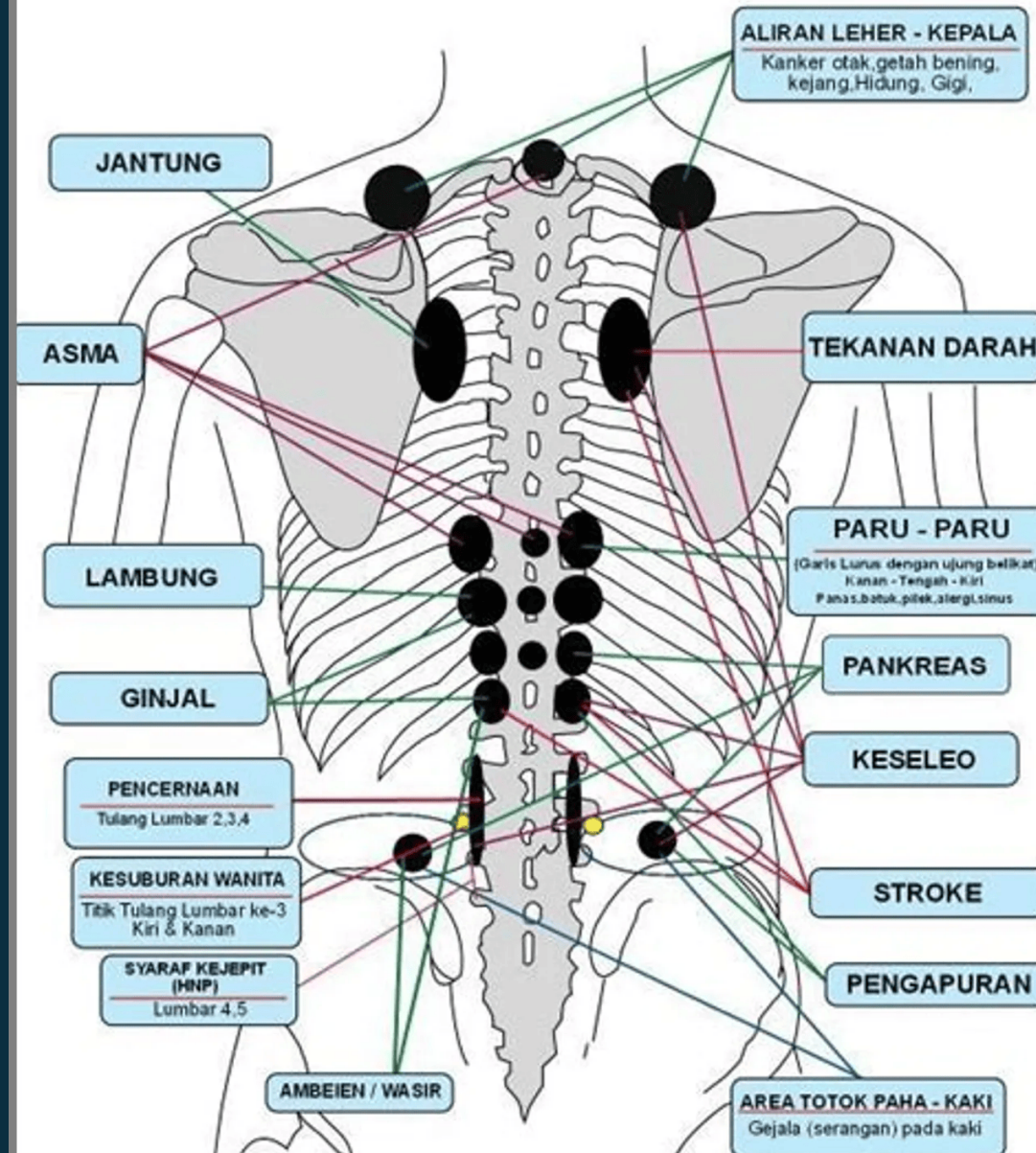
Jenis Terapi	Contoh Pelaksanaan	Indikasi/Penyakit
Terapi Sentuhan (Touch Therapy)	Menyentuh tangan pasien sambil memberi afirmasi positif dan kontak mata yang tenang.	Kecemasan, nyeri ringan, ketegangan emosional.
Aromaterapi	Menggunakan diffuser/minyak esensial lavender/peppermint di ruang perawatan.	Insomnia, cemas, nyeri kepala ringan.
Terapi Humor (Humor Therapy)	Menyisipkan humor saat komunikasi atau memutarakan video lucu saat interaksi pasien.	Stres, depresi ringan, ketegangan psikologis.
Akupresur	Tekanan lembut pada titik LI4 (antara ibu jari dan telunjuk) selama 1 menit.	Sakit kepala, mual, gangguan tidur.
Terapi Musik	Memutarakan musik relaksasi atau musik kesukaan pasien dengan volume tenang.	Tekanan darah tinggi, kecemasan, nyeri kronis.
Terapi Tertawa	Sesi tertawa bersama dalam kelompok kecil (dipandu), misal <i>silent laugh, greeting laugh</i> .	Depresi ringan, kecemasan, kelelahan mental.
Terapi Herbal	Penggunaan jahe merah untuk batuk, kunyit untuk nyeri sendi (dengan edukasi yang tepat).	Dispepsia, batuk, nyeri sendi ringan.
Relaksasi Napas Dalam	Latihan napas: tarik dalam – tahan – hembus perlahan (diulang 3–5 kali).	Cemas, hipertensi, gangguan tidur.

Tanaman Herbal	Khasiat Utama	Jenis Penyakit / Keluhan	Bentuk Sediaan Umum
Jahe	Antiinflamasi, pelancar sirkulasi	Masuk angin, nyeri otot, mual	Rebusan, teh, permen, minyak oles
Kunyit	Antiseptik, antiradang, antioksidan	Maag, nyeri haid, radang sendi	Rebusan, kapsul serbuk, jamu segar
Temulawak	Hepatoprotektor, meningkatkan nafsu makan	Gangguan hati, dispepsia, lemah tubuh	Rebusan, ekstrak cair, sirup herbal
Daun Salam	Antihipertensi, penurun kolesterol	Hipertensi ringan, kolesterol tinggi	Rebusan, teh herbal
Sirsak (daun/buah)	Antikanker, antiinflamasi	Kanker, kolesterol, wasir	Rebusan daun, jus buah, teh daun kering
Ciplukan	Antidiabetes, antimikroba	Diabetes mellitus, sariawan, demam	Jus segar, rebusan
Mahkota Dewa	Detoksifikasi, imunomodulator	Diabetes, asam urat, kolesterol	Rebusan, kapsul serbuk, teh kering
Pare	Antidiabetes, pencuci darah alami	Diabetes, gangguan pencernaan	Tumisan, rebusan, jus pahit
Keji Beling	Diuretik, peluruh batu ginjal	Batu ginjal, infeksi saluran kemih	Rebusan daun, teh herbal
Lidah Buaya	Antiinflamasi, mempercepat penyembuhan luka	Luka bakar, jerawat, sembelit	Gel topikal, jus lidah buaya, salep

No	Jenis Terapi Komplementer	Teknik Dasar	Lokasi pada Tubuh
1	Aromaterapi	Inhalasi melalui diffuser, kompres hangat, roll-on	Hidung, leher, pergelangan tangan
2	Terapi Musik	Mendengarkan musik relaksasi atau instrumen lembut	Telinga (sensorik), seluruh tubuh
3	Relaksasi Nafas Dalam	Tarik napas dalam (4 detik) – tahan (7) – buang (8)	Rongga dada, diafragma
4	Pijat Refleksi	Tekanan manual di titik refleksi	Telapak kaki, tangan
5	Akupresur	Tekanan jari pada titik-titik akupresur	Jari tangan, pergelangan, punggung, kaki
6	Meditasi/Mindfulness	Duduk tenang, fokus pada napas atau pikiran saat ini	Kepala, sistem saraf pusat
7	Reiki	Tangan diletakkan atau mengambang di atas tubuh	Kepala, dada, perut, punggung
8	Terapi Sentuhan	Menyentuh lembut bagian tubuh sambil berdoa/niat baik	Bahu, punggung, tangan

Foot Reflexology Chart





TERAPI TERTAWA (LAUGHTER THERAPY)

Tujuan: Meningkatkan endorfin, mengurangi stres.

Langkah Praktik:

1. Pemanasan: tarik napas dalam 3×, peregangan ringan.
 2. Tertawa bersama:
 1. *Greeting Laugh* (sambil salaman)
 2. *Silent Laugh* (tanpa suara, ekspresi saja)
 3. *Lion Laugh* (buka mulut lebar: “HA HA HA”)
 3. Game lucu bersama (opsional).
 4. Pendinginan: tarik napas dalam, refleksi perasaan.
- Waktu praktik: ±10 menit

TERAPI AKUPRESUR

Tujuan: Mengurangi nyeri, mual, cemas.

Titik & Teknik Praktik:

- **LI4** (antara ibu jari–telunjuk): sakit kepala, stres.
- **PC6** (3 jari di bawah pergelangan tangan): mual, cemas.
- Tekan lembut 30–60 detik, ulang 2–3 kali.

Waktu praktik: $\pm$ 5–10 menit

TERAPI SENTUHAN (HEALING TOUCH)

Tujuan: Menenangkan, harmonisasi energi.

Langkah Praktik:

1. Fokus & niat positif.
2. Gerakkan tangan 5–10 cm di atas tubuh teman (tanpa menyentuh).
3. Usap perlahan dari kepala ke dada (gerakan “menyapu energi”).
4. Tutup dengan doa/kalimat positif.

Waktu praktik: ± 5 menit

 **Pojek
Lor Wetan Jogja**

Yoga Ketawa



SIAPKAN DAN KERJAKAN



JAWABAN PERTANYAAN KUIS TERAPI KEPERAWATAN KOMPLEMENTER

Can you please fill this form: <https://near.tl/sm/A6pXtS0xF>

Semangat Itu Butuh Proses
YES I CAN

