

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari penelitian dapat disimpulkan bahwa akupunktur cukup bermanfaat sebagai pengobatan alternatif tambahan terhadap penurunan berat badan.

5.2 Saran

Akupunktur adalah salah satu pengobatan alternatif yang saat ini amat diminati khalayak ramai bagi berbagai kalangan. Akupunktur sendiri merupakan ilmu pengobatan yang berguna untuk membantu penyembuhan suatu penyakit disamping pengobatan medis yang ada. Sehingga dengan mempelajari akupunktur kita dapat menambah wawasan mengenai ilmu pengobatan selain ilmu kedokteran medis.

Ahli akupunktur (Akupunkturis) sebaiknya juga membaca buku-buku mengenai ilmu pengobatan kedokteran medis sehingga pengobatan yang dilakukan dapat seiring sejalan. Dan pengobatan atau terapi akupunktur yang dilakukan dapat mencapai hasil yang optimal.

Kepada Lembaga Pendidikan Tinggi yang memiliki jurusan Kedokteran, ada baiknya akupunktur dapat dijadikan sebagai mata kuliah tambahan yang berguna baik bagi para dokter maupun calon dokter.

Bagi masyarakat, adanya pengobatan dengan akupunktur merupakan alternatif untuk mengobati penyakit yang diderita. Selain itu, pengobatan akupunktur dapat dijangkau karena biaya pengobatannya relatif murah. Keberhasilan penurunan berat badan harus dibarengi dengan semangat dan tekad yang kuat dari dalam diri untuk mencapai tujuan. Selain itu juga harus ada perubahan perilaku sehari-hari dalam hal mengkonsumsi makanan, giat dalam berolahraga secara teratur agar penurunan berat

badan mencapai hasil optimal, serta bantuan obat-obatan yang dianjurkan oleh akupunkturis/ ahli gizi yang menangani pengobatan.

Juga perlu adanya penelitian yang lebih lanjut dan terpola tentang masalah akupunktur, sehingga akupunktur dapat lebih berkembang dan dikenal khalayak ramai.