

BAB IV

PEMBAHASAN DAN KETERBATASAN

A. Pembahasan

1. Pengkajian

Pengkajian pada sistem muskuloskeletal berfokus pada pergerakan otot dan nyeri yang dirasakan klien. Pengkajian berupa identitas klien, dan riwayat pekerjaan klien yang dapat memberikan petunjuk penyebab nyeri yang dirasakan klien. dengan mengidentifikasi penyebab nyeri pinggul pasien, didapatkan bahwa pada saat bekerja, pasien sering mengangkat barang berat dengan postur yang salah. Hal ini sesuai dengan teori gangguan sistem muskuloskeletal bahwa faktor pekerjaan dapat menyebabkan gangguan sistem muskuloskeletal (Wahyuni, 2021).

Setelah memeriksa rasa nyeri, metode PQRST digunakan untuk memahami lebih lanjut. P adalah singkatan dari Pain, yang berarti seberapa parah dan kuatnya rasa nyeri tersebut. Q adalah tentang bagaimana rasa sakit tersebut terasa—tajam, tumpul, atau seperti tersayat. R adalah lokasi terjadinya nyeri. S adalah seberapa kuat nyeri tersebut. T adalah seberapa lama nyeri berlangsung atau seberapa sering nyeri tersebut terjadi. (Sintihania et al., 2022).

Kemudian dilakukan pengkajian kekuatan otot untuk mengetahui pergerakan ekstremitas pasien. Kekuatan otot dinilai dengan menggunakan skala yang umum digunakan, seperti skala 0-5. 0 : tidak ada kontraksi otot (paralisis total), 1 : kontraksi otot terdeteksi, namun tidak ada gerakan, 2 : otot dapat berkontraksi dengan gravitasi dihilangkan, 3 : otot dapat berkontraksi melawan gravitasi, 4 : otot dapat berkontraksi melawan resistensi ringan atau moderat, dan 5 : kekuatan otot

normal (kontraksi penuh melawan resistensi maksimal) (Arovah, 2024).

2. Diagnosa keperawatan

Pada kasus ini diidentifikasi dua diagnosa keperawatan yaitu:

Diagnosis keperawatan pertama adalah nyeri akut yang disebabkan oleh cedera fisik, dan merupakan diagnosis terpenting karena sangat memengaruhi cara klien menjalani kehidupan sehari-hari. Diagnosis ini didasarkan pada apa yang dikatakan dan diamati oleh klien. Tujuan penanganan nyeri meliputi berkurangnya nyeri yang dilaporkan klien, berkurangnya ekspresi wajah yang menunjukkan nyeri, berkurangnya kecemasan, dan berkurangnya perilaku waspada atau protektif dari klien (Murwani et al., 2022).

Diagnosis keperawatan kedua adalah gangguan mobilitas fisik akibat kekakuan sendi. Ini merupakan diagnosis utama kedua karena klien mengalami kekakuan sendi, penurunan kekuatan otot, dan kesulitan menggerakkan lengan dan kaki. Diagnosis ini juga didukung oleh pernyataan klien dan hasil pengkajian. Tujuan diagnosis ini adalah untuk meningkatkan mobilitas fisik, yang berarti pergerakan anggota tubuh yang lebih baik, otot yang lebih kuat, keterbatasan gerak yang lebih sedikit, dan kekakuan sendi yang lebih sedikit (Tgh et al., 2023)

3. Intervensi

a. Nyeri akut

Dalam situasi ini, klien menerima manajemen nyeri sebagai intervensi. Manajemen nyeri untuk seseorang dengan nyeri pinggul mungkin mencakup pemberian obat pereda nyeri berdasarkan tingkat keparahan nyeri, tetapi lebih baik menggunakan metode non-obat seperti bekam dan pijat

olahraga karena lebih aman dan tidak menimbulkan efek samping (Latifin, 2023.)

Tindakan yang diambil adalah manajemen nyeri, artinya mempelajari tentang jenis nyeri, berapa lama berlangsung, seberapa sering terjadi, bagaimana rasanya, dan seberapa kuat nyeri tersebut. Hasil penelitian menunjukkan nyeri klien berada di lutut, datang dan pergi, terjadi agak sering, dan berada pada tingkat sedang, yaitu 5 pada skala nyeri. Skala nyeri diperiksa dan hasilnya 5. Hal-hal yang memperburuk dan meredakan nyeri juga ditemukan—seperti nyeri yang semakin parah ketika klien membungkuk. Klien juga menjelaskan bagaimana nyeri yang mereka rasakan. Efektivitas terapi tambahan yang diberikan juga diperiksa dalam kasus ini. (Zou et al., 2025)

Intervensi yang dilakukan termasuk pengelolaan rasa sakit. Tindakan pengamatan mencakup mengenali tempat, sifat, lamanya, frekuensinya, tingkatannya, dan seberapa sakit rasa sakit tersebut; mengenali tingkat rasa sakit; mengenali reaksi tidak verbal akibat rasa sakit; mengenali hal-hal yang memperburuk atau mengurangi rasa sakit; mengenali pengetahuan dan keyakinan pasien mengenai rasa sakit; serta memantau efektivitas pengobatan tambahan yang sudah diberikan. Tindakan terapeutik mencakup pemberian pengobatan rasa sakit tanpa obat-obatan (seperti massage dan bekam), memperbaiki lingkungan yang memperburuk rasa sakit, serta meningkatkan istirahat dan tidur pasien. Setelah itu, penjelasan tentang penyebab, durasi, dan pemicu rasa sakit diberikan kepada pasien, penjelasan tentang cara mengurangi rasa sakit diberikan, rekomendasi untuk memantau rasa sakit secara mandiri diberikan, serta teknik mengurangi rasa sakit tanpa obat-obatan diajarkan.

Ini sesuai dengan sebuah penelitian (Zhang dkk., 2024) yang menunjukkan bahwa bekam kering bisa mengurangi rasa sakit dan menjelaskan fungsi dari kesabaran dan nyeri di bagian punggung. mungkin ini yang dimaksud dengan trockenblutabsaugung sebagai cara yang lebih efektif yang digunakan sebagai pengobatan alternatif dibandingkan pengobatan biasa seperti obat-obatan dan pengobatan umum, serta hasilnya bisa bertahan selama 1 hingga 6 bulan.

Sebuah penelitian (Agarini & Satria, 2022) juga menunjukkan Terapi bekam kering dapat membantu meringankan nyeri dan membuat kehidupan lebih baik bagi penderitanya. Orang dewasa yang mengalami masalah pada sistem muskuloskeletal, seperti nyeri punggung bagian atas dan bawah. Terapi bekam telah terbukti menjadi cara yang efektif dan tidak memerlukan obat untuk mengatasi nyeri muskuloskeletal.

b. Gangguan mobilitas fisik

Penulis menggunakan metode yang disebut Terapi Relaksasi Otot Progresif. Metode ini memandu klien untuk meregangkan otot-otot mereka dan merasa lebih nyaman. Tujuannya adalah untuk membantu merelaksasi otot-otot yang tegang atau tidak nyaman.

4. Implementasi

Hal pertama yang dilakukan terapis adalah mengamati. Ini berarti mencari ruang yang tenang dan nyaman untuk klien. Klien kemudian diberikan ruang pribadi dengan semua peralatan kesehatan yang diperlukan. Terapis memeriksa secara teratur untuk memastikan otot-otot klien rileks, dan klien mengatakan mereka merasa rileks. Terapis juga mencari tanda-tanda ketegangan dan klien mengatakan rasa sakit mereka telah berkurang.

Selanjutnya, terapis mengambil tindakan untuk membuat sesi terapi efektif. Mereka memastikan lingkungan tenang dan bebas dari gangguan sehingga klien merasa aman. Klien ditempatkan dalam posisi yang nyaman, baik di kursi atau tempat tidur, untuk melakukan peregangan. Sesi relaksasi perlahan berakhir. Setelah bekam dan pijat olahraga, klien menjalani sesi relaksasi otot. Terapis memberi klien waktu untuk berbicara tentang perasaan mereka, dan klien mengatakan mereka merasa rileks dan rasa sakit mereka telah berkurang (Hidayat dkk., 2022).

Kemudian, terapis mengedukasi klien. Mereka menyarankan untuk mengenakan pakaian longgar dan nyaman, dan klien mengikuti saran ini. Terapis juga mengajarkan klien untuk menegangkan otot selama 5 hingga 10 detik, lalu merelaksakannya selama 20 hingga 30 detik, mengulangnya 8 hingga 16 kali. Hal ini membantu klien memahami cara merelaksasikan otot dengan benar. Prosedur operasi standar di Zein Holistic Healthy House adalah begini: Sebelum memulai perawatan, pastikan tangan sudah dicuci terlebih dahulu. Siapkan alat pelindung diri seperti masker, pakaian terapis, sarung tangan, dan gaun panjang, lalu kenakan semuanya. Setelah itu, lakukan konsultasi dengan klien. Klien kemudian memakai pakaian bersih yang tersedia dan berbaring di tempat tidur.

Sebelum memulai terapi bekam dianjurkan untuk membaca Basmalah dan memohon kesembuhan klien melalui doa. Oleskan minyak zaitun ke seluruh area yang akan diberi bekam. Selanjutnya, gunakan korek api, kapas yang dibasahi alkohol, dan kain kasa sambil memegang cangkir bekam dengan tangan kiri. Masukkan korek api ke dalam cangkir bekam dengan cepat lalu tarik kembali. Letakkan cangkir bekam di area yang ingin

anda gunakan—dalam hal ini, cangkir bekam terbalik—di titik nyeri lutut klien. Diamkan selama 30 detik hingga 5 menit, tergantung apakah Anda menggunakan bekam untuk relaksasi atau untuk meningkatkan energi. Jika Anda menggunakan metode ini untuk meningkatkan energi, ulangi prosesnya 3 hingga 5 kali. Setelah didiamkan selama 5 menit, lepaskan cangkir dan bersihkan area tersebut dengan minyak zaitun secara perlahan.

Kemudian, ucapkan Alhamdulillah dan doakan kesembuhan klien. Setelah bekam selesai, klien membersihkan alat dan ruangan, lalu mencuci tangan. Bekam api menggunakan api untuk menciptakan ruang hampa di dalam cangkir. Panas membantu menghilangkan kuman berbahaya seperti angin, kelembapan, dan dingin.

5. Evaluasi

a. Nyeri akut

Setelah melakukan perawatan, penting untuk memeriksa kondisi klien untuk melihat apakah ada perubahan. Evaluasi ini memiliki empat bagian: S, O, A, dan P. Dalam kasus ini, untuk diagnosis keperawatan nyeri akut, bagian S mencakup apa yang dikatakan klien. Klien menyebutkan bahwa setelah menjalani bekam dan pijat olahraga, mereka merasa lebih rileks dan nyerinya turun ke tingkat 2, yang tergolong ringan. Untuk bagian O, perawat memperhatikan bahwa klien tenang, tidak gelisah, tampak rileks, tidak bersikap protektif atau waspada, dan tidak menunjukkan ekspresi wajah kesakitan. Bagian A adalah analisis yang menunjukkan bahwa nyeri akut telah hilang. Bagian P melibatkan perencanaan untuk melanjutkan perawatan. Jadi, diagnosis keperawatan nyeri akut dapat

ditangani menggunakan terapi komplementer seperti bekam dan pijat olahraga.

Setelah terapi bekam api diterapkan pada Ibu S, yang mengalami masalah manajemen nyeri, tingkat nyerinya menurun. Sebelum perawatan, ia melaporkan tingkat nyeri 5, yang tergolong sedang. Setelah terapi, tingkat nyerinya turun menjadi 2, yang tergolong ringan. Ibu S juga menyebutkan bahwa otot-ototnya yang kaku terasa lebih rileks dan hangat setelah perawatan. Terapi bekam api menimbulkan rasa hangat yang membantu merelaksasi otot-ototnya dan melancarkan aliran darah.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Agarini & Satria, 2022) yang menunjukkan bahwa terapi bekam kering dapat membantu mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kualitas hidup orang dewasa yang memiliki masalah muskuloskeletal, seperti nyeri punggung. Terapi bekam merupakan pendekatan non-obat yang terbukti efektif untuk mengatasi nyeri muskuloskeletal.

b. Gangguan mobilitas fisik

Dalam menilai masalah mobilitas fisik, klien menyampaikan bahwa otot-otot di sekitar lutut mulai mengendur dan tidak ada lagi rasa tegang atau kaku. Klien juga menyebutkan bahwa nyeri pinggul telah berkurang, dan mereka mampu melakukan aktivitas seperti membungkuk dan mengangkat kaki. Berdasarkan pengamatan objektif, terdapat lebih banyak gerakan pada anggota tubuh, kekuatan otot yang lebih baik, dan lebih sedikit gerakan sulit yang tidak dapat dilakukan. Ini menunjukkan bahwa terapi relaksasi otot progresif membantu mengurangi kekakuan dan kejang pada otot dan sendi.

B. Keterbatasan

Masalahnya, hanya satu klien yang menjalani terapi bekam, sehingga sulit untuk memastikan efektivitasnya pada klien lain. Selain itu, waktu yang dihabiskan untuk terapi ini hanya satu hari.