

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam berolahraga, banyak orang mengalami cedera karena belum tahu cara melakukan olahraga dengan benar. Beberapa alasan utama mengapa seseorang bisa terluka saat berolahraga adalah karena tidak melakukan pemanasan yang cukup sebelumnya dan tidak memahami jenis olahraga yang cocok dengan kemampuan fisiknya. Cedera yang terjadi saat beraktivitas sehari-hari atau berolahraga dibagi menjadi dua, yaitu cedera ringan dan cedera berat. Cedera ringan adalah jenis cedera yang tidak mengakibatkan kerusakan serius pada tubuh, seperti otot kaku atau merasa lelah. Cedera ini biasanya tidak membutuhkan perawatan khusus dan bisa sembuh sendiri jika diberi waktu istirahat. Cedera berat adalah jenis cedera yang menyebabkan kerusakan serius pada bagian tubuh seperti otot, tendon, ligamen, atau tulang patah, dan membutuhkan pertolongan medis khusus (Dan et al., 2021).

Insiden cedera akibat berolahraga di kalangan masyarakat semakin meningkat. Cedera ini bisa mengurangi minat masyarakat dalam berolahraga, bahkan membuat mereka berhenti sepenuhnya dari kegiatan tersebut. Selain itu, cedera olahraga juga membuat pengeluaran untuk kesehatan meningkat. Oleh karena itu, diperlukan tindakan dan kebijakan yang tepat untuk melindungi masyarakat dari risiko cedera (Bakti et al., 2023).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memberikan informasi mengenai jenis dan tempat terjadinya cedera di Indonesia. Di Daerah Istimewa Yogyakarta, luka memar atau lecet adalah jenis cedera yang paling umum dengan persentase 56,1%, disusul oleh luka robek atau terpotong sebesar 19,7%, terkilir 36,1%, luka pada bagian bawah tubuh 64,5%, dan luka pada bagian atas tubuh 33,69%. Berdasarkan tempat terjadinya cedera, sekitar 64% dari kasus terjadi di sekolah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Gejala yang muncul meliputi rasa sakit, pembengkakan, kejang, memar, kaku, terbatasnya gerakan sendi, serta penurunan kekuatan di sekitar area yang terluka (Pinton, 2022).

Cedera akibat penggunaan berlebihan(*overuse injury*), yang juga disebut cedera akibat gerakan berulang, adalah jenis cedera yang sering terjadi. Hal ini terjadi karena peregangan atau gerakan yang berulang terus-menerus, sehingga menyebabkan kerusakan kecil yang terus menumpuk di dalam tulang. Cedera ini biasanya tidak terasa atau terlihat segera, tetapi muncul setelah bertahun-tahun melakukan aktivitas tertentu. Gejala seperti kemerahan, rasa panas, dan pembengkakan bisa muncul akibat peradangan pada area yang terkena cedera. Jika pembengkakan ini akan menekan saraf, maka dari itu akan terasa nyeri. (Setiawan, 2022).

Rasa sakit yang muncul akibat cedera dalam olahraga dapat sangat menghambat kegiatan seorang atlet, sehingga berdampak pada kehidupan mereka. Rasa sakit adalah suatu pengalaman positif dan negatif yang tidak menyenangkan, dan rasa sakit ini berkaitan atau dijelaskan berdasarkan adanya kerusakan jaringan yang telah terjadi atau yang mungkin akan terjadi. Menurut Asmeriyanty(2023), Setiap orang merasakan sakit dengan cara yang berbeda, bisa lebih ringan, sedang, atau berat, sifatnya bisa tumpul, terbakar, atau tajam, lamanya bisa hanya sementara, terkadang terjadi, atau terus-menerus, dan tempatnya bisa ada di permukaan tubuh atau dalam tubuh, terbatas di satu area atau menyebar ke banyak bagian. Mengatasi sakit bisa dilakukan dengan cara medis dan cara tanpa menggunakan obat. Namun, beberapa obat medis bisa menyebabkan efek samping, seperti obat penghilang rasa sakit yang bisa membuat pusing, mual, dan muntah, yang sering dialami pasien. Karena itu, cara tanpa obat bisa menjadi pilihan yang lebih aman untuk mengatasi rasa sakit, salah satunya adalah terapi bekam (Putri, 2020).

Beberapa ahli telah menghubungkan terapi bekam dengan berbagai manfaat kesehatan. Bekam adalah cara pengobatan dengan menggunakan alat berbentuk cup yang menghisap kulit dan jaringan di bawahnya, sehingga membuat darah menggumpal di bawah kulit tanpa ada darah yang keluar. Terapi bekam menyebabkan pembuluh darah kecil di daerah yang dibekam membesar. Hal ini membuat sirkulasi darah di area tersebut lebih baik, sehingga otot-otot yang tegang

atau kaku menjadi rileks dan nyeri yang terasa berkurang. Selain itu, bekam juga bisa membantu menyembuhkan berbagai jenis penyakit, seperti sakit sendi, tulang, dan otot (Made et al., 2022).

Terapi bekam adalah cara untuk mengurangi rasa sakit. Jika suatu organ tidak bekerja dengan baik, darah dan cairan lainnya tidak bisa mengalir dengan lancar. Hal ini bisa membuat tubuh merasa tidak nyaman di berbagai bagian. Terapi bekam bisa memperbaiki aliran darah dengan menghubungkan saraf pada kulit dan meningkatkan sirkulasi darah ke area tubuh yang sakit (Suharmanto, 2023)

Ilmuwan bernama Muhammad Amin Syaikh dari Damaskus melakukan penelitian, seperti yang dilaporkan dalam Zaki (2012:33), Ditemukan bahwa jumlah sel darah putih dalam darah yang digunakan untuk bekam tidak terlalu banyak. Fakta ini membuat para peneliti terkejut. Karena itu, terapi bekam membantu menjaga sistem imun tetap kuat dan terlindungi. Sel darah merah yang tidak aktif juga bisa dihilangkan melalui proses bekam. Darah memiliki kemampuan menyerap zat besi yang sangat tinggi, yaitu antara 550 hingga 1100. Zat besi ini penting untuk pembentukan darah dan tetap ada dalam tubuh, sehingga darah menjadi lebih kuat. Penumpukan asam laktat adalah salah satu penyebab rasa sakit. Asam laktat serta racun lainnya bisa dikeluarkan dari darah selama sesi terapi bekam kering, sehingga darah menjadi lebih bersih dan rasa sakit berkurang (Hanik et al., 2019).

Berdasarkan pemeriksaan awal, Pasien mengeluhkan rasa sakit yang diakibatkan oleh cedera akibat olahraga atau latihan berulang, yang mengakibatkan akumulasi asam laktat dan rasa nyeri pada lutut kiri yang menjalar ke bagian paha, dengan tingkat rasa sakit skala 5. Rasa nyeri ini sudah dirasakan selama satu minggu terakhir dan muncul seperti rasa tertusuk-tusuk dengan frekuensi yang berubah-ubah. Klien tidak tahu bagaimana cara mengatasi masalah ini, sehingga ia mengunjungi klinik Zein Holistik untuk mencari solusi atas nyerinya. Karena itu, penulis ingin melakukan penelitian mengenai pasien yang mengalami masalah nyeri lutut. Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi Bekam Api pada pasien Nyeri Lutut di Klinik Zein Holistik Therapy di Kota Makassar”

B. Rumusan Masalah

Ada pun rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimanakah gambaran penerapan terapi bekam api pada pasien dengan keluhan nyeri lutut di Klinik Zein Holistic Therapy Kota Makassar?

C. Tujuan Penelitian

Ada pun tujuan dari penelitian karya tulis ilmiah ini di bedakan menjadi dua tujuan yaitu sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Untuk mendapatkan gambaran tentang bagaimana penerapan terapi Bekam Api pada pasien dengan Keluhan Nyeri Lutut di Klinik Zein Holistik Terapi Kota Makassar

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui bagaimana gambaran asuhan keperawatan terapi bekam api pada dengan keluhan nyeri lutut
- b. Untuk mengetahui gambaran penerapan terapi bekam api pada pasien dengan penurunan nyeri lutut

D. Manfaat

1. Teoritis

Artikel ini bisa dijadikan bahan belajar, terutama bagi mereka yang tertarik menggunakan terapi bekam api untuk mengatasi rasa sakit di lutut yang disebabkan oleh cedera akibat berolahraga.

2. Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan bisa dipakai oleh perawat sebagai cara merawat tanpa menggunakan obat untuk mengurangi rasa sakit di lutut yang disebabkan oleh cedera akibat berolahraga.
- b. Bagi institusi,, hasil penulisan ini diharapkan dapat dijadikan sebagai panduan bagi staf perawat saat merawat pasien yang mengalami nyeri lutut akibat cedera olahraga.
- c. Hasil penulisan ini /diharapkan bisa berguna bagi masyarakat, khususnya dalam membantu pihak layanan masyarakat dalam

menerapkan kebijakan dan inisiatif yang bertujuan meningkatkan kualitas pelayanan perawatan, terutama dalam menangani keluhan pasien mengenai nyeri lutut yang disebabkan oleh cedera akibat olahraga.