

BAB IV

PEMBAHASAN

1. Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Nyeri Lutut Akibat Cidera Olahraga

a. Pengkajian Keperawatan

Berdasarkan data yang dikumpulkan saat pemeriksaan pada Ny. A, ditemukan adanya nyeri lutut yang disebabkan atau terjadi karna cedera akibat berolahraga. Dari hasil anamnesis, yang paling mengganggu adalah bagian ekstremitas bawah. Ketika melakukan pemeriksaan tubuh (melihat dan meraba), ditemukan masalah otot dan tulang pada kaki kanan. Ketika melihat di sekitar area lutut, terlihat adanya kemerahan dan pembengkakan. Sementara saat palpasi, ada nyeri tekan di sekitar lutut yang terasa sampai ke bagian paha. Untuk mengevaluasi kekuatan otot klien, pemeriksaan kekuatan otot juga dilakukan, dan hasilnya pada ekstremitas bawah kiri adalah 4.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Simatupang (2016) Cedera yang disebabkan oleh olahraga merupakan keadaan yang muncul akibat gerakan yang terlalu banyak atau karena kecelakaan, yang mengakibatkan rasa nyeri, sensasi hangat, perubahan warna, pembesaran, serta fungsi tubuh yang tidak normal pada otot, tendon, ligamen, sendi, atau tulang. Cedera bisa terjadi karena adanya gaya yang terlalu besar sehingga tubuh tidak mampu menahannya, terjadi secara cepat, atau terus-menerus dalam waktu lama. Saat seseorang mengalami cedera olahraga, akan merasakan sakit karena ada kerusakan pada struktur atau fungsi tubuh seperti tulang, sendi, ligamen, dan otot, baik dalam bentuk cedera tertutup maupun terbuka (Herdiandanu, 2020).

b. Diagnosa Keperawatan

Diagnosis keperawatan yang ditemukan adalah nyeri akut yang disebabkan oleh faktor fisik. Diagnosis ini menjadi prioritas utama karena sangat mengganggu kegiatan sehari-hari pasien. Penentuan diagnosis ini

didasarkan pada berbagai informasi yang dikumpulkan, baik dari keluhan pasien maupun hasil pemeriksaan. Beberapa indikator keberhasilan dari penanganan nyeri meliputi adanya pengurangan rasa sakit, penurunan ekspresi kesakitan, penurunan tingkat cemas, serta penurunan sikap waspada atau protektif.

c. Intervensi dan Implementasi keperawatan

Berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan terhadap klien dalam pengelolaan nyeri, yaitu dengan memberikan terapi tambahan berupa terapi bekam api. Setelah terapi tersebut diberikan selama 1x24 jam, skala nyeri yang dirasakan oleh Ny. A mengalami penurunan. Sebelum terapi bekam api diberikan, nyeri yang dirasakan memiliki skala 5 (sedang), namun setelah terapi selesai, nyeri berkurang menjadi skala 3 (ringan). Klien juga menyatakan bahwa setelah menerima terapi bekam api, otot yang sebelumnya kaku menjadi rileks dan terasa hangat. Terapi bekam api yang diberikan memberikan sensasi hangat yang berfungsi untuk melembutkan otot serta melebarkan pembuluh darah. Titik bekam yang digunakan dalam penelitian ini adalah titik Al-Dzohril Qassim Titik 8, atau titik betis, yang membantu mengatasi masalah seperti asam urat, kelelahan, nyeri, dan stroke. Titik ini dapat ditemukan di bagian betis kiri dan kanan.

Terapi bekam bisa menyebabkan pembuluh darah kecil di area yang dibekam membesar. Hal ini membantu meningkatkan aliran darah pada area tersebut, sehingga melancarkan proses sirkulasi mikro dan membuat otot-otot yang tegang atau mengalami spasme menjadi rileks, serta mengurangi rasa sakit. Selain itu, bekam juga dapat membantu mengobati berbagai jenis penyakit, seperti nyeri pada sendi, tulang, dan otot (Made et al., 2022). Terapi ini adalah salah satu cara untuk mengurangi rasa sakit. Jika salah satu organ tidak bekerja dengan baik, darah dan cairan lainnya tidak bisa melewati organ tersebut, sehingga kadang membuat rasa tidak nyaman di bagian tubuh yang berbeda. Terapi bekam bisa meningkatkan aliran darah dengan memicu reseptor saraf di kulit dan memperbaiki aliran darah ke area yang sakit melalui koneksi saraf yang ada. (Suharmanto, 2023)

Hal ini sejalan dengan teori (Cheng Shen et al., 2022) Teori tersebut menjelaskan bahwa tujuan utama dari bekam api adalah memperkuat sistem kekebalan tubuh, melebari pembuluh darah, melembutkan otot, mengurangi rasa sakit, menenangkan saraf, serta meningkatkan oksigenasi pada jaringan tubuh.

Prosedur operasional standar di Rumah Sehat Zein Holistik dimulai dengan mencuci tangan sebelum melakukan prosedur. Petugas kemudian menggunakan alat pelindung diri seperti masker, pakaian terapis, sarung tangan, dan gaun panjang. Selanjutnya, petugas melakukan wawancara dengan klien, di mana klien mengenakan pakaian bersih yang telah disiapkan dan berbaring di atas tempat tidur. Sebelum memulai terapi bekam api, disarankan untuk membaca basmallah dan mendoakan kesembuhan bagi klien. Minyak zaitun diterapkan ke seluruh area yang akan dibekam. Setelah itu, nyalakan kapas dan kasa yang telah direndam alkohol menggunakan korek, sambil tangan kiri memegang gelas kop. Selanjutnya, masukkan api ke dalam gelas kop dengan cepat dan segera angkat. Letakkan gelas kop terbalik pada area yang dituju, yaitu pada titik lokal nyeri lutut. Tunggu antara 30 detik hingga 5 menit untuk setiap titik, tergantung pada tujuan terapi, yaitu sedasi atau tonifikasi. Jika klien menggunakan teknik tonifikasi, lakukan pengulangan sebanyak 3 hingga 5 kali. Setelah terapi bekam selesai dalam waktu 5 menit, buka gelas kop, bersihkan area yang telah dibekam dengan minyak zaitun, lalu ucapkan alhamdulillah dan doakan kesembuhan klien. Setelah proses bekam selesai, klien diminta untuk merapikan peralatan serta ruangan dan mencuci tangan.

Terapi bekam api adalah cara pem bekaman dengan menggunakan api untuk membuat ruang hampa udara di dalam gelas vakum. Metode ini bisa membantu mengeluarkan patogen yang berkaitan dengan angin, dingin, dan lembab melalui panas yang dihasilkan (Pontes et al., 2020)

Menurut teori Taibah, Prosedur hijamah terbagi menjadi beberapa langkah yaitu kop pertama, proses penorehan kulit, dan kop kedua. Dalam hal ini, efek yang menghilangkan rasa sakit pada tahap kop pertama terjadi karena

zat-zat kimia, mediator peradangan, dan zat yang memicu rasa sakit terencer. Tekanan negatif dari kop pada kulit menyebabkan kulit terangkat, meningkatkan aliran darah kecil, dan menimbulkan penumpukan cairan di antar sel. Penumpukan cairan ini membuat zat-zat tersebut menjadi lebih encer, sehingga rasa sakit berkurang. (Ayman A Mohamed, 2023)

2. Penerapan Terapi Bekam Api Terhadap Penurunan Nyeri Lutut Akibat Cidera Olahraga

Dari hasil pemberian terapi bekam api kepada Ny. A yang bertujuan untuk melembutkan otot, mengurangi rasa sakit, dan membuat tenang, diketahui bahwa terapi tersebut berhasil menurunkan tingkat rasa sakit. Sebelum diberikan terapi, Ny. A mengeluh merasakan sakit dengan skala 5 (sedang). Setelah menerima terapi bekam api, rasa sakit yang dirasakan berkurang menjadi skala 2 (ringan). Hal ini menunjukkan bahwa terapi bekam api dapat membantu mengurangi nyeri dan membuat kondisi klien lebih baik. Selain itu, Ny. A juga mengatakan bahwa kram dan kaku pada lututnya mulai berkurang, serta merasa lebih rileks dan nyaman.

Ini sesuai dengan penelitian (Najafy, Mohammadi et al., 2023) yang menyebutkan bahwa cupping kering atau api bisa meningkatkan aliran udara ke area di mana cangkir ditempatkan. Metode ini mampu mengurangi ketegangan otot, yang berdampak pada peningkatan aliran darah secara keseluruhan, serta mendukung pemulihan sel secara tidak langsung. Terapi cupping api juga ikut membantu dalam pembentukan jaringan ikat baru dan membentuk pembuluh darah baru di dalam jaringan.

Bekam api atau bekam kering bisa membantu melembutkan otot yang kaku karena lelah, terutama jika pemijatan tidak cukup efektif. Terapi ini bisa memicu efek relaksasi. Efek relaksasi ini terjadi ketika bekam dilakukan di area yang terkena otot kram. (Nasrallah, 2022).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Renita, 2021) Pengobatan dengan bekam api memberikan dampak yang baik dengan menurunkan tingkat rasa sakit dari 5 menjadi 3, meredakan

intensitas nyeri menurut skala VAS, membuat pasien merasa lebih tenang, mengurangi kadar kortisol dalam darah dan skor VAS secara signifikan, memiliki efek samping yang minimal, serta meningkatkan suhu di permukaan kulit.

3. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah waktu kunjungan pasien untuk terapi tidak ditentukan, serta studi kasus hanya dilakukan sekali saja.