

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Semua jenis cedera dapat terjadi selama atau setelah latihan, kompetisi, atau acara olahraga lainnya. Kebugaran fisik dan kesehatan secara keseluruhan merupakan tujuan olahraga, asalkan teknik yang digunakan tepat. Ketegangan fisik, kesalahan yang dibuat selama teknik, tabrakan, atau aktivitas fisik di luar yang ditentukan selama latihan merupakan penyebab cedera. Ada dua komponen penyebab cedera: faktor eksternal dan internal. Teknik pemanasan dan pendinginan yang tidak efektif, kurangnya peregangan otot, dan metode latihan yang tidak tepat merupakan faktor internal yang menyebabkan nyeri 24 hingga 28 jam setelah latihan. Faktor eksternal dapat muncul dari karakteristik olahraga itu sendiri atau dari hal-hal seperti cara pemasangan peralatan, seberapa baik fungsinya, dan lingkungan pelatihan yang tidak aman untuk dioperasikan (Pinton, 2022).

Sekitar tiga puluh juta anak-anak dan remaja bermain olahraga terorganisir di AS. Diperkirakan 3 juta atlet muda di bawah usia 14 tahun mengalami cedera setiap tahun, yang menyebabkan mereka kehilangan kesempatan berolahraga (Asmeriyanty & Deswita, 2023). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memberikan beberapa informasi tentang jenis dan lokasi cedera di negara ini. Luka lecet/memar merupakan penyebab cedera terbanyak di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yaitu sebesar 56,1%, disusul luka robek/terpotong (19,7%), terkilir (36,1%), tungkai bawah (64,5%), dan tungkai atas (33,69%). Berdasarkan lingkungan dan lokasi terjadinya cedera sebesar 64% yaitu di sekolah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Gejala dari cedera itu sendiri berupa nyeri, bengkak, kram, memar, kaku, keterbatasan gerak sendi, dan berkurangnya kekuatan pada area cedera (Pinton, 2022).

Cedera akibat penggunaan berlebihan (*overuse injury*), yang diakibatkan oleh gerakan berulang dan penumpukan mikrotrauma akibat ketegangan tulang, merupakan salah satu jenis cedera yang paling sering terjadi. Cedera akibat regangan berulang (*repetitive strain injury*), yang juga disebut sebagai cedera akibat penggunaan berlebihan (*overuse injury*), adalah cedera dan rasa nyeri yang disebabkan oleh gerakan yang berlebihan atau berulang (Setiawan, 2022).

Proses kumulatif cedera berulang menyebabkan cedera akibat penggunaan berlebihan (*overuse injury*), yang baru dirasakan atau dikenali setelah bertahun-tahun mengikuti olahraga. Kemerahan, panas, dan pembengkakan merupakan gejala peradangan yang dapat diakibatkan oleh cedera akibat penggunaan berlebihan. Ketika pembengkakan ini menekan saraf, maka akan terasa nyeri; tahap ini juga dikenal sebagai hiperemia (Setiawan, 2022)

Nyeri yang dirasakan pada saat terjadi cedera olahraga sangat mengganggu aktivitas dari olahragawan sehingga mengakibatkan terganggunya kualitas hidup seseorang. Nyeri adalah pengalaman emosional dan sensorik yang tidak menyenangkan, nyeri dikaitkan dengan atau didefinisikan dalam hal kerusakan jaringan aktual atau prospektif. Menurut Asmeriyanty dan Deswita (2023), setiap orang mengalami nyeri secara berbeda dalam hal intensitasnya (ringan, sedang, berat), kualitasnya (tumpul, terbakar, tajam), durasinya (sementara, intermiten, persisten), dan distribusinya (superfisial atau dalam, terlokalisasi atau difus) (Asmeriyanty & Deswita, 2023).

Penatalaksanaan nyeri bisa di atasi dengan menggunakan terapi farmakologi dan nonfarmakologi, namun beberapa terapi farmakologi dapat menyebabkan beberapa efek samping salah satunya yaitu penggunaan analgesik sistemik yang dapat menimbulkan efek samping yaitu mual, muntah, pusing yang akan sering dialami oleh pasien. Maka dari itu terapi nonfarmakologi menjadi alternatif yang paling aman untuk melakukan penatalaksanaan nyeri yaitu terapi komplementer salah satunya yaitu terapi bekam (Putri, 2020).

Para ilmuwan telah mengaitkan terapi bekam dengan sejumlah manfaat kesehatan. Hisapan yang digunakan selama terapi bekam merangsang aliran darah lokal. Lebih jauh, tindakan ini memicu sistem heme oxygenase-1 (HO-1) tubuh, yang berdampak pada peradangan, pertahanan antioksidan, dan regulasi neurotransmitter. Terapi bekam merupakan salah satu metode penghilang rasa sakit. Ketika suatu organ tidak berfungsi dengan baik, darah dan cairan lain tidak dapat melewatinya. Akibatnya, mungkin ada indikasi ketidaknyamanan di bagian tubuh lainnya. Terapi bekam dapat meningkatkan aliran darah dengan mengaktifkan reseptor saraf kulit dan meningkatkan aliran darah melalui koneksi saraf ke bagian tubuh yang sakit (Suhamoto, 2023).

Ilmuwan Muhammad Amin Syaikh dari Damaskus melakukan penelitian, sebagaimana dilaporkan dalam Zaki (2012:33), dan menemukan bahwa jumlah leukosit dalam darah yang digunakan untuk bekam. Fakta bahwa darah dapat keluar tanpa sejumlah besar leukosit yang menyertainya sangat mengejutkan para ilmuwan. Oleh karena itu, terapi bekam menjaga sistem kekebalan tubuh tetap kuat dan terlindungi. Ketidakaktifan sel darah merah juga dihilangkan dengan bekam. Karena kapasitas pengikatan zat besi darah yang sangat tinggi (550–1100), zat besi yang dibutuhkan untuk pembentukan darah tetap berada di dalam tubuh dan menjadi lebih kuat. Penumpukan asam laktat merupakan salah satu faktor yang menyebabkan rasa sakit. Asam laktat dan racun lainnya secara efektif dihilangkan dari darah selama terapi bekam kering, sehingga darah menjadi bersih dan tidak terlalu sakit (Hanik et al., 2019).

Berdasarkan pengkajian awal Pada Nn. I Dengan keluhan nyeri yang diakibatkan oleh cedera olahraga, latihan yang berulang (overuse injury) sehingga mengakibatkan penumpukan asam laktat dan terjadi nyeri pada lutut kiri menjalar hingga ke paha dengan skala 5. Nyeri yang dirasakan sejak 1 minggu yang lalu dan terasa seperti tertusuk-tusuk dengan frekuensi hilang timbul. Klien tidak mengetahui cara penanganannya sehingga klien datang ke rumah sehat zein holistik untuk mengatasi nyerinya. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada pasien dengan masalah nyeri lutut

yang dituangkan dalam Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi Bekam Api Dengan Keluhan Nyeri Lutut pada Nn. I di Klinik Zein Holistik Terapy di Kota Makassar 2024”.

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mendapatkan gambaran tentang penerapan terapi Bekam Api Dengan Keluhan Nyeri Lutut pada Nn. I di Klinik Zein Holistik Terapy di Kota Makassar

### **2. Tujuan Khusus**

Melaksanakan gambaran nyata dalam:

- a. Untuk mengetahui gambaran terapi bekam api dengan keluhan nyeri lutut akibat cedera
- b. Untuk mengetahui penerapan terapi bekam api dengan penurunan nyeri lutut akibat cedera

## **C. Manfaat**

### **1. Teoritis**

Artikel ini dapat menjadi sumber belajar, khususnya bagi mereka yang memiliki minat yang sama dalam penggunaan terapi bekam api untuk mengobati nyeri lutut yang disebabkan oleh cedera terkait olahraga.

### **2. Praktis**

- a. Temuan penelitian ini diharapkan dapat diterapkan oleh perawat sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri lutut yang disebabkan oleh cedera terkait olahraga.
- 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. Bagi masyarakat, hasil penulisan ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat dalam membantu layanan masyarakat menerapkan kebijakan dan inisiatif yang bertujuan untuk meningkatkan standar perawatan keperawatan, khususnya dalam menangani keluhan pasien tentang nyeri lutut akibat cedera terkait olahraga