

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menurut Buku Petunjuk Teknis TNI Angkatan Udara tahun 2013 tentang Pembinaan Jasmani bahwa Lari 12 menit merupakan bagian tes kesamaptaan jasmani yang bertujuan untuk mengetahui daya tahan dan kemampuan kerja jantung dan paru. Tes ini rutin dilakukan setiap enam bulan sekali oleh prajurit dimana nilai samapta ini dapat menunjang karir prajurit dan dalam mengikuti pendidikan. Apabila nilai samapta rendah atau tidak memenuhi syarat batas lulus maka akan menghambat karir yang bersangkutan. Banyak prajurit sehari-hari bekerja pada bidang staf sehingga fisiknya kurang terlatih, mengakibatkan banyak yang tidak lulus dalam melaksanakan tes lari.

Sering ditemukan beberapa masalah yang terjadi pada prajurit yang sedang melakukan samapta antara lain: jalan kaki sebelum selesai melaksanakan lari 12 menit karena stamina jelek, pingsan karena kurang persiapan, jatuh tersungkur karena kurang konsentrasi dan lelah berlebihan. Hal ini menandakan bahwa untuk melaksanakan tes lari 12 menit dibutuhkan stamina dan fisik yang bagus, agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan.

Untuk mengatasi hal di atas biasanya para prajurit melakukan upaya antara lain: latihan lari secara rutin, yoga, renang, senam, skipping, istirahat yang cukup, berjalan, berlari ditangga, angkat beban, dan *circuit training* (Hall, 2014). Namun bagi yang malas berlatih biasanya melakukan jalan pintas yang instan dengan cara mengkonsumsi obat-obatan atau doping yang mempunyai efek merugikan bagi kesehatan dan membahayakan dan jika tidak segera dihentikan

maka dalam jangka panjang akan berakibat buruk pada kondisi fisik yang bersangkutan. Hal ini dilakukan untuk memperbaiki nilai tes lari samapta agar karir mereka tidak terhambat.

Akupunktur merupakan ilmu dan seni pengobatan yang sudah lama digunakan para tabib China sekitar 5000 tahun yang lalu dan sampai sekarang masih banyak digunakan sebagai alternatif dalam terapi berbagai permasalahan kesehatan dan bidang olahraga. Tusukan jarum dalam akupunktur olahraga diyakini dapat menjadi doping alami yang tidak memiliki efek samping namun bisa membantu memaksimalkan kekuatan otot, mampu mengembalikan kesegaran, semangat, stamina dengan cepat sehingga sangat banyak diminati para pelaku olahraga (Saputra, 2000)

Akupunktur merupakan doping alami yang tidak memiliki efek samping sehingga aman digunakan sebagai terapi para prajurit untuk membantu memperbaiki stamina lari pada tes lari 12 menit. Hal ini diperkuat oleh seorang dokter asal Perancis, Roger De La Fuye yang lebih dahulu mendalami sejak tahun 1952. Efek akupunktur akan bereaksi cepat dan alami dan tidak meninggalkan bekas di urin. Begitu jarum ditusukkan pada titik tertentu, tubuh langsung mengeluarkan zat endorfin, yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan stamina. Pemberian doping akupunktur dapat dilakukan 6-24 jam sebelum melaksanakan kegiatan atau bisa dilakukan seminggu sekali untuk mempertahankan stamina.

Berdasarkan studi pendahuluan di klinik akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito pada bulan Nopember 2019, didapatkan banyak kunjungan dari prajurit TNI AU yang mengalami kelelahan pada saat melakukan tes samapta lari

12 menit. Hal ini disebabkan oleh kurangnya latihan, tidak sehat, stamina kurang mendukung, mental yang jelek sehingga tidak bisa mencapai target batas minimal nilai kelulusan. Dari latar belakang tersebut diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Asuhan Akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito Yogyakarta.

## **1.2 Batasan Masalah**

Dari uraian diatas maka penelitian studi kasus ini hanya pada asuhan akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik akupunktur RSPAU dr.S. Hardjolukito Yogyakarta

## **1.3 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran asuhan akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik Akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito Yogyakarta?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mendapatkan gambaran asuhan akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit prajurit di klinik akupunktur RSPAU dr.S. Hardjolukito Yogyakarta.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

a. Mendapatkan gambaran tentang pengkajian asuhan akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik Akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito Yogyakarta

- b. Mendapatkan gambaran tentang diagnosis asuhan akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik Akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito Yogyakarta
- c. Mendapatkan gambaran tentang perencanaan asuhan akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik Akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito Yogyakarta
- d. Mendapatkan gambaran tentang tindakan asuhan akupunktur untuk pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito Yogyakarta.
- e. Mendapatkan gambaran tentang evaluasi asuhan akupunktur pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik akupunktur RSPAU dr. S. Hardjolukito Yogyakarta.

## **1.5 Manfaat**

### **1.5.1 Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan bagi akademisi, serta pendorong bagi pihak yang ingin melakukan penelitian akupunktur lebih lanjut.

### **1.5.2 Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi pengembangan ilmu akupunktur khususnya pada prajurit peserta tes lari 12 menit di klinik RSPAU Dr.S. Hardjolukito dan bagi masyarakat yang membutuhkan.