

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Istilah kelelahan biasanya menunjukkan kondisi yang berbeda-beda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara kepada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh yang mengarah pada kondisi melemahnya tenaga untuk melakukan suatu kegiatan, walaupun ini bukan merupakan satu-satunya gejala. Kelelahan (*fatigue*) merupakan suatu kondisi yang telah dikenali dalam kehidupan sehari-hari. Secara harfiah, *fatigue* dapat diartikan secara sederhana sama dengan kelelahan yang sangat (*deep tiredness*), mirip stres, serta bersifat kumulatif (Mustopo, 2011). Sindrom Kelelahan Kronis dikenal juga sebagai CFS (*Chronic Fatigue Syndrome*) yaitu penyakit yang ditandai dengan kelelahan yang sangat parah yang berlangsung setidaknya enam bulan atau lebih, disertai dengan kelemahan otot dan sendi, gangguan memori atau konsentrasi jangka pendek, gangguan tidur, nyeri kepala, gangguan pencernaan, kecemasan, stres, depresi, dan penurunan fungsi kekebalan tubuh (Wang, *et al*, 2007).

CFS terjadi lebih sering pada wanita dibandingkan dengan pria, penyakit ini diamati terutama pada orang dewasa muda usia 20 sampai 40 tahun, bisa juga terjadi pada anak-anak dan remaja tetapi pada tingkat yang lebih rendah. *World Health Organization* (WHO) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung

pada depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung (Permatasari, dkk, 2017). Tingkat prevalensi CFS diperkirakan 1%, meskipun ini bervariasi tergantung pada jenis kelamin, populasi penelitian, etnis, dan definisi kasus. Beberapa penelitian melaporkan dominasi wanita 1,5 hingga 2,0 kali lipat disebabkan oleh respons hormon seks dan dua puncak usia pada 10–19 dan 30–39 tahun (Lim, dkk. 2021). Sejauh ini belum ada kepastian mengenai penyebab dan terapi yang tepat untuk mengatasi CFS (Kim, *et al*, 2015). Berdasarkan penelitian sebelumnya diketahui beberapa klien yang mengalami CFS menyatakan bahwa mereka telah mengalami nyeri fisik sedang hingga berat atau ketidakstabilan emosional yang mengakibatkan depresi sebelum mengalami CFS (Ali & Naheed, 2015). Dalam beberapa bulan terakhir di Panti Sehat “MTK” Bogor, berkisar 80% klien yang datang mengalami keluhan mudah lelah disertai dengan gejala nyeri otot dan sendi, yang mana menunjukkan beberapa gejala dari CFS.

Kelelahan yang berkepanjangan setelah aktivitas sehari-hari atau kekurangan energi yang dialami secara terus-menerus serta stres yang berlebihan akan sangat memengaruhi kualitas hidup. Kelelahan yang berlanjut selama lebih dari 6 bulan didefinisikan sebagai Kelelahan Kronis atau CFS. Gejala CFS dapat ditandai dengan kelelahan yang sangat parah yang berlangsung lama disertai dengan empat atau lebih gejala yaitu nyeri otot dan sendi, kebingungan, hilang konsentrasi, sering lupa, mengalami gangguan tidur yang tidak *deep sleeping*, kecemasan, sakit kepala, sakit tenggorokan, dan sangat sensitif terhadap nyeri. Penyebab kondisi ini tidak diketahui secara pasti dan mungkin juga akibat faktor lingkungan atau genetik. Jika masalah CFS tidak segera mendapatkan pengobatan,

maka kebanyakan klien memiliki kelainan yang akan memengaruhi sistem imun mereka. Patogenesis CFS masih belum jelas, fokus pengobatan adalah meredakan gejala dan berusaha meningkatkan kualitas hidup klien. Pada keluhan klien yang datang berobat menunjukkan tanda kelemahan, depresi, dan kurang tidur. Kondisi ini akan membuat seseorang lebih rentan terkena infeksi dan penyakit kronis lainnya seperti gangguan hormon (misalnya penyakit tiroid), penyakit kanker, penyakit jantung, penyakit autoimun, dan gangguan psikologis (seperti kecemasan dan depresi) (Maulany, dkk., 1997).

Terapi farmakologi untuk CFS sejauh ini ditujukan hanya untuk mengatasi gejala yang timbul. Obat-obatan yang biasa diresepkan dokter antara lain antipiretik, analgesik, dan antiinflamasi dapat diberikan untuk mengatasi CFS (Ali & Naheed, 2015). Terapi non-farmakologi dapat menggunakan Akupunktur. Akupunktur merupakan pengobatan timur yang sudah dikenal sejak 4.000–5.000 tahun yang lalu (Saputra, 2017). Efektivitas Akupunktur untuk mengurangi gejala CFS dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Wang, *et al* (2017) dan Lin, *et al* (2019) dengan hasil bahwa Akupunktur meski terbatas terbukti sangat efektif untuk mengurangi gejala yang timbul dari CFS seperti nyeri kepala, nyeri otot dan sendi, kecemasan, dan gangguan kualitas tidur. Akupunktur merupakan terapi yang aman karena tidak menimbulkan ketergantungan dan hampir tidak ada efek samping. Akupunktur menjaga keseimbangan aliran *Qi* dan melancarkan peredaran darah dalam tubuh dengan melakukan penusukan jarum pada Titik Akupunktur tertentu secara teratur sesuai dengan Sindrom.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus yang berjudul Asuhan Akupunktur pada penderita *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS) di Panti Sehat “MTK” Bogor.

1.2 Batasan Masalah

Masalah penelitian studi kasus ini dibatasi pada Asuhan Akupunktur pada penderita *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS) yang mengalami kelelahan terus-menerus di Panti Sehat “MTK” Bogor.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat dikemukakan rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimanakah Asuhan Akupunktur pada penderita *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS) di Panti Sehat “MTK” Bogor?”.

1.4 Tujuan Penelitian

Mendapatkan gambaran pelaksanaan Asuhan Akupunktur pada penderita *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS) di Panti Sehat “MTK” Bogor.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Teoritis

Hasil penelitian studi kasus ini dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran dan pengembangan Ilmu Akupunktur dan sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan Asuhan Akupunktur pada penderita *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS).

1.5.2 Praktis

1) Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian pustaka bagi kemajuan ilmu pengetahuan dan penelitian lebih lanjut,

khususnya Asuhan Akupunktur untuk terapi kasus *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS).

2) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian studi kasus ini dapat digunakan sebagai data awal dalam penelitian lebih lanjut untuk kasus *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS).

3) Bagi Profesi Akupunktur

Hasil penelitian studi kasus ini dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan dan mengembangkan Ilmu Akupunktur, khususnya Asuhan Akupunktur untuk terapi kasus *Chronic Fatigue Syndrome* (CFS).

