

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam menjalani hidup ini setiap orang memiliki permasalahan misalnya saja permasalahan dalam pendidikannya, masalah dalam keuangannya, masalah dalam keluarganya, masalah dalam pekerjaannya, dan berbagai masalah lainnya. Meskipun permasalahannya bisa saja sama tetapi setiap orang berbeda dalam menghadapi, menyikapi, serta menuntaskan setiap masalah yang dihadapi. Ada yang karena suatu masalah menjadikan orang tersebut menjadi lebih baik dan bahkan menjadi lebih kuat dari sebelumnya. Tetapi ada yang karena suatu masalah menjadikan orang tersebut terpuruk, lemah, dan bahkan merasa kehilangan harga dirinya bahkan cemas yang berlebihan.

Terkait gangguan kecemasan di Indonesia, menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 menunjukkan bahwa sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala - gejala kecemasan dan depresi (Depkes, 2014). Jika dilihat dari prevalensi gangguan kecemasan dilihat berdasarkan jenis kelamin didapatkan hasil bahwa pada wanita sebesar 60% lebih tinggi dibandingkan pria (Donner & Lowry, 2013). Menurut studi pendahuluan selama pada bulan Maret hingga Agustus 2021 di Griya Holistik Jakarta didapatkan sebanyak 80 orang yang mengalami gangguan kecemasan

menyeluruh dengan gejala yang beragam, salah satu keluhan yang sering dialami penderita adalah kegelisahan dan ketakutan yang dirasakan hampir setiap saat. Rata-rata yang melakukan terapi di Griya Holistik Jakarta telah menjalani terapi dengan psikolog, psikiater atau bahkan dengan pengobat tradisional lainnya.

Gangguan kecemasan yang berlebihan merupakan efek dari permasalahan yang tidak segera di selesaikan. Hal ini tentunya membuat masalah semakin menumpuk dan dirasakan semakin berat, terbentuklah pola pikir yang negatif dan berlebihan. Sikap pesimis juga kerap kali dirasakan oleh seseorang jika beban hidup semakin berat. Sikap pesimis sangat erat kaitannya dengan pikiran-pikiran yang negatif yang selalu muncul sehingga menimbulkan perasaan cemas yang berlebihan. Gangguan kecemasan memiliki dampak pada kualitas hidup, kesehatan, penyalahgunaan zat, hubungan personal dan orang tua, akademik, produktivitas pekerjaan, serta tingginya biaya dalam segi perawatan Kesehatan (Thomas, 2012). Gangguan kecemasan yang sebenarnya wajar ini tentunya akan berubah menjadi sesuatu faktor yang menghambat kinerja seseorang jika gangguan kecemasan ini terjadi secara berlebihan.

Cara penanganan para penderita gangguan kesehatan mental yang tidak tepat masih ditemui di pelosok Indonesia. Banyak yang menganggap penderita sebagai orang yang aneh yang dapat saja mengancam kesehatan dirinya dan orang-orang disekitarnya. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengatakan bahwa penderita gangguan kesehatan

mental di Indonesia tidaklah sedikit sehingga sudah seharusnya hal tersebut menjadi sebuah perhatian dengan tersedianya penanganan atau pengobatan yang tepat. Menurut penelitian Akupunktur dapat mengobati keluhan gangguan kecemasan karena sifatnya yang holistik, tidak berfokus hanya pada urusan fisik semata tetapi juga berbicara tentang *Shen* atau jiwa. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh Terapi Akupunktur Pada Titik GV20, PC6, HT7, SP6, EXHN3 Terhadap Penurunan Skala Kecemasan Pada Penderita *General Anxiety Disorder* di Griya Holistik Jakarta.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut :

- a) Berapakah skala kecemasan pada penderita *General Anxiety Disorder* sebelum dilakukan terapi akupunktur pada titik GV20, PC6, HT7, SP6, dan EXHN 3 ?
- b) Berapakah skala kecemasan pada penderita *General Anxiety Disorder* setelah dilakukan terapi akupunktur pada titik GV20, PC6, HT7, SP6, dan EXHN 3 ?
- c) Apakah terapi akupunktur pada titik GV20, PC6, HT7, SP6, dan EXHN 3 berpengaruh terhadap perubahan skala gangguan kecemasan pada penderita *General Anxiety Disorder* di Griya Holistik Jakarta?

### **1.3 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh terapi akupunktur pada titik GV20, PC6, HT7, SP6, dan EXHN 3 terhadap perubahan skala gangguan kecemasan pada penderita *General Anxiety Disorder* di Griya Holistik Jakarta.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Institusi**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan bagi institusi dalam mengembangkan ilmu akupunktur, khususnya dalam terapi *General Anxiety Disorder*.

#### **1.4.2 Bagi Peneliti yang akan datang**

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan Kesehatan khususnya bagi ilmu akupunktur dalam menerapi penderita *General Anxiety Disorder*.

#### **1.4.3 Bagi Responden**

Dapat memberikan stimulus kepada responden untuk lebih dapat mengetahui pengaruh terapi akupunktur pada kasus *General Anxiety Disorder*.