

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap manusia mempunyai kebutuhan khusus yang harus dipenuhi, baik secara fisiologis maupun psikologis. Terdapat banyak kebutuhan fisiologis manusia, salah satunya adalah istirahat dan tidur. Tidur adalah suatu proses yang penting bagi manusia, karena di dalam tidur terjadi proses pemulihan. Proses ini bermanfaat mengembalikan keadaan seseorang pada keadaan semula, dengan begitu tubuh yang sebelumnya mengalami kelelahan akan menjadi segar kembali. Otak memiliki sejumlah fungsi, struktur, dan pusat-pusat tidur yang mengatur siklus tidur dan terjaga. Tubuh pada saat yang sama menghasilkan substansi yang ketika dilepaskan ke dalam aliran darah akan membuat mengantuk. Proses tersebut jika diubah oleh stres, kecemasan, gangguan dan sakit fisik dapat menimbulkan insomnia (Ulumuddin, 2011). Insomnia merupakan gangguan tidur yang umum ditandai dengan kesulitan memulai atau mempertahankan tidur atau keduanya meskipun ada kesempatan untuk melakukannya. Hal ini menyebabkan penurunan fungsi siang hari. Insomnia tidak hanya akan mengganggu stamina dan suasana hati seseorang, tetapi juga kesehatan mereka, kinerja dan kualitas hidup (Ruiz et al., 2014). Insomnia sering kali disertai rasa pusing, sakit kepala, palpitasi, serta daya ingat dan gangguan mental yang buruk (Xinnong, 2003).

Sebuah studi mengungkapkan bahwa sekitar 25% kasus insomnia dialami pada usia 65–79 tahun dan 14 % terjadi pada usia 18 – 34 tahun. Insomnia dapat menyerang semua usia mulai dari anak – anak, remaja, dewasa, dan lansia

(Annisa, 2018). Di Indonesia sendiri, prevalensi penderita insomnia diperkirakan mencapai 10%, yang artinya dari total 238 juta penduduk Indonesia sekitar 23 juta jiwa diantaranya menderita insomnia (Medicastore, 2010).

Insomnia apabila tidak segera ditangani akan menyebabkan munculnya dampak-dampak negatif dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Menurut Driver et al. (2012) dalam Hapsari dan Kurniawan (2019), dampak jangka pendek insomnia adalah individu yang telah merasa stres akan meningkat kadarnya, mengalami kesulitan konsentrasi, dan merasa lelah sepanjang hari sehingga berakibat pada kinerja otak. Sementara efek jangka panjang individu yang stres bisa menjadi depresi akut, meningkatkan risiko penyakit jantung, dan meningkatkan risiko diabetes. Seseorang yang mengalami gangguan tidur tidak jarang yang mengonsumsi obat tidur sebagai solusi. Obat tidur tidak hanya bisa memicu rasa kantuk tapi juga membuat tidur lebih lama. Jika digunakan dalam jangka pendek dan sesuai aturan pakai, obat ini memang bisa berguna. Namun apabila digunakan berlebihan, beberapa jenis obat tidur bisa menyebabkan ketergantungan serta menimbulkan efek lain yang berbahaya bagi kesehatan (Putri, 2020).

Salah satu alternatif untuk mengatasi insomnia yang aman dan tanpa efek samping adalah dengan akupunktur. Akupunktur merupakan salah satu pilihan yang baik untuk pengobatan insomnia (Tresnaningsih et al., 2010). Partisipan dalam asuhan akupunktur ini adalah seseorang dengan keluhan insomnia yang berkunjung di Klinik Kwarasan. Klinik Kwarasan adalah salah satu klinik Akupunktur di kota Malang yang sudah banyak dikunjungi oleh pasien dengan berbagai keluhan kesehatan, salah satunya adalah insomnia. Berdasarkan data

kunjungan pasien di Klinik Kwarasan selama 6 bulan terakhir dari bulan Juli sampai Desember 2020, ada 17 pasien yang menderita insomnia. Kebanyakan mereka mengalami insomnia karena cemas memikirkan masalah ekonomi dan stress. Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengambil studi kasus dengan judul “Asuhan Akupunktur pada Penderita Insomnia di Klinik Kwarasan Malang”.

1.2 Batasan Masalah

Masalah pada studi kasus ini dibatasi pada asuhan akupunktur pada klien penderita insomnia (sulit memulai tidur) di Klinik Kwarasan Malang.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana manfaat asuhan akupunktur pada klien penderita insomnia di Klinik Kwarasan Malang ?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui manfaat asuhan akupunktur pada klien penderita insomnia di Klinik Kwarasan Malang.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan studi kasus ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran aplikatif ilmu akupunktur sekaligus menjadi referensi tambahan tentang penanganan kasus insomnia menggunakan modalitas akupunktur.

1.5.2 Manfaat Praktis

1) Manfaat bagi Akupunktur Terapis

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk menambah wawasan tentang cara menangani penderita insomnia.

2) Manfaat bagi Praktisi

Dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk pengembangan asuhan akupunktur selanjutnya yang memiliki keterkaitan dengan asuhan akupunktur pada penderita insomnia.

3) Manfaat bagi Partisipan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meringankan dan menyembuhkan insomnia yang diderita partisipan.

4) Manfaat bagi Pembaca

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan kesehatan khususnya ilmu akupunktur pada penderita insomnia.

5) Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai awal untuk melakukan penelitian terhadap penderita insomnia dengan populasi yang lebih luas dan pembahasan yang lebih mendalam.

