

PROPOSAL TUGAS AKHIR

**ASUHAN AKUPUNKTUR PADA KLIEN GANGGUAN *TIDUR*
DI YAYASAN AKUPUNKTUR SS BANDUNG**



**OLEH
SIEM KHO TJIN
NIM 20.3.068**

**PROGRAM STUDI AKUPUNKTUR
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN
MALANG
2022**

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Insomnia adalah suatu kondisi di mana seseorang mengalami kesulitan dalam mengawali atau mempertahankan pola tidur, terjadi dalam waktu kurang dari tujuh hari. Pada penderita ringan hanya sulit memasuki alam tidur. Waktu tidur pendek dan tidak nyenyak. Pada penderita parah setiap malamnya hanya dapat tidur selama 2-3 jam, bahkan tidak tidur sama sekali. Gangguan tidur dalam *Chinese Medicine* (CM) sering disebabkan oleh tujuh macam emosi yang berlebihan yaitu terlalu sedih, terlalu gembira, marah, ketakutan, dan lain-lain. Tidur adalah suatu proses yang dibutuhkan oleh seseorang agar dapat berfungsi dengan baik dan merupakan salah satu aspek yang mempengaruhi kualitas hidup manusia. (Lydia Susanti, 2015). Sebagian besar orang memiliki kebutuhan tidur yang beragam. Pada usia muda, minimal 8-9 jam, pada usia 40 tahun ke atas, kebutuhan tidur berkisar antara 7 jam, dan untuk usia di atas 80 tahun ada di sekitar 6 jam. Pasien yang datang ke klinik mayoritas berada di rentang di usia 30-80 tahun, dan yang mengeluh memiliki gangguan tidur berada di rentang usia 40-60 tahun. Beberapa pasien merasakan gangguan tidur mulai muncul atau bahkan bertambah berat sejak merebaknya pandemi Covid-19.

Prevalensi insomnia atau gangguan tidur pada tahun 2018 di Indonesia sekitar 10%. Artinya kurang lebih 28 juta dari total 238 juta penduduk Indonesia menderita insomnia. Jumlah ini terdata dalam data statistik, banyak jumlah penderita insomnia yang belum terdeteksi. (Life & Style, 2017). Jumlah kasus insomnia di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2019 diperkirakan 6.701 kasus. Kurang lebih 18% penduduk dunia pernah mengalami gangguan sulit tidur dan meningkat setiap tahunnya dengan berbagai keluhan dan menyebabkan tekanan jiwa bagi penderitanya. Diperkirakan terdapat 1 dari 3 orang mengalami insomnia atau kesulitan tidur menunjukkan nilai yang cukup tinggi, jika

dibandingkan dengan penyakit lainnya. Menurut studi pendahuluan di Yayasan Akp SS Bandung pada bulan Januari-Maret 2022 didapatkan sebanyak 68 pasien yang datang dengan keluhan gangguan tidur. Selama ini mereka mengkonsumsi obat penenang, tetapi tidak memberi hasil yang maksimal

Gangguan tidur ini tidak bisa dianggap sepele, dan diperlukan penanganan secara tepat. Bila dibiarkan maka bisa menimbulkan gangguan kesehatan secara fisik dan mental. Resiko penyakit fisik yang ditimbulkan oleh gangguan tidur ini, di antaranya stroke, kejang, sistem kekebalan tubuh yang menurun/lemah, kepekaan terhadap rasa sakit, radang, obesitas, Diabetes Mellitus, hipertensi, penyakit jantung, dan lain sebagainya. Gangguan tidur yang berkepanjangan umumnya bisa menimbulkan depresi dan kecemasan berlebihan. Hal ini dikarenakan meningkatnya hormon kortisol (hormon stress) akibat tidur yang kurang sehingga penderita insomnia cenderung mudah merasa cemas dan khawatir akan banyak hal. (Roth T, 2007).

Banyak upaya yang bisa dilakukan untuk menangani gangguan tidur, di antaranya melakukan relaksasi sebelum tidur, mengatur jadwal tidur yang teratur, mengkonsumsi makanan sehat, rutin berolah raga secara teratur, menghindari rokok dan minum alkohol sebelum tidur dan pijat. Bila belum merasakan hasilnya maka bisa dilakukan konsultasi ke dokter agar diberikan obat-obatan yang bisa membantu menangani gangguan tidur.

Awal penanganan gangguan tidur dengan metode CM, tercatat dalam buku “Nanjing”, di mana menyebutkan gangguan tidur sebagai “Bu Mei,” “Bu De Mian,” “Bu De Wo” dan lainnya. Menurut CM, insomnia sebagai gangguan tidur ditimbulkan karena adanya patogen bersifat api membara di Xin/jantung dan Gan/hati. Di samping itu Qi dari Wei/lambung tidak dapat turun, sehingga menyebabkan Shen/jiwa terganggu, hingga menimbulkan keluhan insomnia. Penyebab lain adalah hilangnya keseimbangan antara Xin/jantung dan Shen/ginjal serta Qi atau Xue/darah kurang, sehingga Shen/jiwa dalam jantung tidak dipelihara dengan sempurna, sehingga timbul rasa gelisah. Prinsip utama pengobatan CM untuk insomnia adalah menenangkan Shen/jiwa. Berdasarkan latar

belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus tentang Asuhan Akupunktur pada Klien Gangguan Tidur di Yayasan Akupunktur SS Bandung.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana manfaat asuhan akupunktur pada klien yang memiliki keluhan Gangguan Tidur di Yayasan Akupunktur SS Bandung?

1.3 Tujuan

Mendapatkan gambaran tentang manfaat asuhan akupunktur pada Klien Gangguan Tidur di Yayasan Akupunktur SS Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Diharapkan dengan penelitian ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran aplikatif ilmu akupunktur sekaligus menjadi referensi tambahan tentang penanganan kasus gangguan tidur menggunakan metode pengobatan akupunktur.

1.4.2 Praktis

1.4.2.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian studi kasus ini dapat memperkaya dan memperluas pengetahuan peneliti mengenai asuhan akupunktur untuk kasus gangguan tidur di Yayasan Akupunktur SS Bandung.

1.4.2.2 Bagi Peneliti yang Akan Datang

Hasil penelitian studi kasus ini dapat dipergunakan sebagai salah satu bahan rujukan untuk penelitian yang akan datang agar selanjutnya dapat berkembang dengan lebih baik.

1.4.2.3 Bagi Partisipan

Partisipan mendapatkan manfaat kesembuhan secara langsung dan memperbaiki kualitas tidurnya sehingga dapat mencapai hidup yang sehat. Masyarakat dan pasien mengetahui lebih lanjut mengenai manfaat akupunktur sehingga berkenan melakukan terapi akupunktur untuk masalah gangguan tidur yang mereka derita.

