



## ESTU UTOMO HEALTH SCIENCE JURNAL ILMIAH KESEHATAN

[http : //www.ejurnal.stikeseub.ac.id](http://www.ejurnal.stikeseub.ac.id)



### PENGARUH TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP PERUBAHAN NYERI PUNGGUNG

Sarwoko<sup>1)</sup>, Sindu Krisna<sup>2)</sup>

<sup>1), 2)</sup> Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Estu Utomo  
Email : [sanuria21@gmail.com](mailto:sanuria21@gmail.com)

#### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Nyeri punggung adalah nyeri yang dirasakan di bagian punggung yang berasal dari otot, persarafan, tulang, sendi dan semua struktur tersebut dapat menimbulkan rasa nyeri, terapi komplementer dengan memperhatikan keamanan, manfaat, dan dapat dipertanggung jawabkan. Terapi komplementer dan alternatif untuk mengatasi nyeri adalah terapi Bekam merupakan cara pengobatan tradisional yang memiliki prinsip kerja mengeluarkan darah di area tertentu di punggung sehingga dapat menyembuhkan penyakit. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bekam basah terhadap perubahan nyeri punggung. **Metode :** penelitian menggunakan Skala Analog Visual (SAV) Total responden sebanyak 30 responden . Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner kuesioner tindakan terapi beka basah. **Hasil :** Berdasarkan Hasil Uji Wilcoxon didapatkan bahwa nilai  $p = 0.000$ . Oleh karena nilai  $p < 0.05$ , maka dapat disimpulkan terdapat perubahan SAV yang signifikan antara sebelum bekam dan sesudah bekam. **Simpulan :** Pasien dengan nyeri punggung bawah tidak spesifik merasakan adanya penurunan rasa nyeri setelah diterapi bekam. Ditunjukkan uji Statistik yang signifikan di  $p=0.000$

**Kata Kunci :** Terapi Bekam, Nyeri Punggung Bawah

### EFFECT OF WET CUPPING THERAPY ON CHANGES IN BACK PAIN

#### ABSTRACT

*Background :* Back pain is pain felt in the back that comes from muscles, innervation, bones, joints and all these structures can cause pain, complementary therapy with due regard to safety, benefits, and can be accounted for. Complementary and alternative therapy to overcome pain is Cupping therapy is a traditional treatment method that has the principle of working to bleed in certain areas of the back so that it can cure diseases. *Objective :* This study aims to determine the effect of wet cupping therapy on changes in back pain changes. *Method :* research using Visual Analog Scale (SAV) Total respondents as many as 30 respondents. Data were collected using a questionnaire questionnaire of wet-looking therapeutic measures. *Result :* Based on the Wilcoxon Test Results, it was found that the  $p$  value = 0.000. Since the  $p$  value  $< 0.05$ , it can be concluded that there is a significant change in SAV between before cupping and after cupping. *Conclusion :* Patients with low back pain do not specifically feel a decrease in pain after cupping therapy. Shown significant Statistic test at  $p=0.000$

*Keywords :* Cupping Therapy, Low Back Pain

## PENDAHULUAN

Data prevalensi nyeri punggung bawah di Indonesia belum diketahui dengan pasti, namun diperkirakan 40% dari penduduk provinsi Jawa Tengah berusia 65 tahun pernah menderita nyeri punggung bawah, dengan prevalensi berdasarkan jenis kelamin paling banyak di alami oleh laki-laki mencapai 18,2% dan pada wanita 13,6%. Insiden berdasarkan kunjungan pasien ke beberapa rumah sakit di Indonesia mencapai 3-17% (Minghelli, 2017). .

Jenis Nyeri Punggung Bawah Spondilogenik : LBP spondilogenik ini ialah suatu nyeri yang disebabkan oleh berbagai proses patologik myogenic adalah nyeri yang terjadi pada punggung bawah disebabkan karena ketegangan otot yang berlebihan sehingga menimbulkan nyeri (Muttaqin, 2013)

Neurogenik : LBP yang bersifat neurogenik disebabkan oleh keadaan patologik pada saraf yang dapat menyebabkan LPB (Muttaqin, 2013).

Viserogenik : LBP yang bersifat viserogenik disebabkan oleh adanya proses patologik di ginjal atau visera di daerah pelvis, serta tumor retroperitoneal (Muttaqin, 2013).

Nyeri Punggung Bawah merupakan masalah kesehatan dunia yang sangat umum, yang menyebabkan pembatasan aktivitas dan juga ketidakhadiran kerja. Nyeri Punggung Bawah memang tidak menyebabkan kematian, namun menyebabkan individu yang mengalaminya menjadi tidak produktif sehingga akan menyebabkan beban ekonomi yang sangat besar bagi individu, keluarga, masyarakat, maupun pemerintah (Patrianingrum, 2015) Nyeri punggung bawah dapat menurunkan produktivitas manusia, 50-80% pekerja di seluruh dunia pernah mengalami nyeri punggung bawah dimana hampir sepertiga dari usianya pernah mengalami beberapa jenis nyeri punggung bawah yang merupakan penyakit kedua setelah flu yang dapat membuat seseorang sering berobat ke dokter sehingga memberi dampak buruk bagi kondisi sosial ekonomi dengan berkurangnya hari kerja juga penurunan produktivitas (Tanderi, 2017)

Nyeri punggung adalah nyeri yang dirasakan di bagian punggung yang berasal dari otot, persarafan, tulang, sendi atau struktur lain di daerah tulang belakang. Tulang belakang adalah suatu kompleks yang menghubungkan jaringan saraf, sendi, otot, tendon, dan ligamen, dan semua struktur tersebut dapat menimbulkan rasa nyeri di

punggung bawah. Nyeri punggung adalah masalah yang sering dirasakan kebanyakan orang dalam hidup mereka. Nyeri punggung biasanya dirasakan sebagai rasa sakit, tegangan, atau rasa kaku di bagian punggung. Nyeri ini dapat bertambah buruk dengan postur tubuh yang tidaksesuai pada saat duduk atau berdiri, cara menunduk yang salah, atau mengangkat barang yang terlalu berat (Huldani, 2012)

Terapi Bekam merupakan salah satu alternative terapi yang termasuk pengobatan komplementer diatur dalam UU NO 15 tahun 2018, dalam penanganan nyeri. Hal ini dikarenakan proses dari bekam yang merangsang pelepasan *endogenous opioid peptides* seperti endorphin yang pada akhirnya akan mengurangi rasa nyeri, mekanisme rangsangan nyeri diterima oleh receptor akan disampaikan ke medula spinalis dihantarka ke otak kemudian merangsang otot untuk transmiter syaraf golongan amina endorphin (Ahmad,2015). Selain itu menurut hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Amaluna (2014) dengan judul “Pengaruh Terapi Bekam dan Muscle Energy Technique Terhadap Keluhan Nyeri Bahu Pada Pengerajin Laundry”. Penelitian ini menunjukkan hasil terapi bekam dan muscle energy technique terhadap keluhan nyeri bahu, terapi bekam memberikan efek sebesar sebesar 71% dan muscle energy technique menurunkan nyeri bahu sebesar 25%, dan penelitian yang dilakukan oleh. Hal tersebut menunjukan adanya pengaruh yang signifikan perlakuan terapi bekam dalam hal penurunan skala nyeri pada pekerja.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Kecamatan, Gantiwarno, Klaten, terdapat 30 pasien yang menderita Nyeri Punggung Bawah (LBP) membaik atau berkurang skala nyerinya setelah dilakukan terapi bekam basah satu kali. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh bekam basah terhadap nyeri punggung di Kecamatan Gantiwarno, Klaten.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen tunggal dibuat pada hari yang berbeda, selanjutnya diamati akibat/dampak dari perlakuan tersebut terhadap 1 atau lebih variabel (Jaedun, 2011). dengan mengumpulkan data pasien sebelum dan setelah tindakan bekam. Variabel penelitian akan diamati pada periode yang sama. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bekam terhadap penanganan nyeri punggung bawah (LBP) berdasarkan Skala Analog Visual. Sampel merupakan bagian

dari populasi yang ingin di teliti oleh peneliti. Menurut Sugiyono (2016:81) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Sehingga sampel merupakan bagian dari populasi yang ada, sehingga untuk pengambilan sampel harus menggunakan cara tertentu yang didasarkan oleh pertimbangan-pertimbangan yang ada. sampel penelitian ini adalah para pasien dengan Nyeri Punggung Bawah yang saat pengambilan data dilakukan. Jumlah sampel diambil dari kelompok kondisi sebelum di bekam dan kelompok kondisi setelah di bekam. Sehingga terdapat 1 kelompok bekam dengan 2 data yang diambil.

Skala Analog Visual (SAV) adalah suatu instrumen yang digunakan untuk menilai intensitas nyeri dengan menggunakan sebuah tabel garis yang menggambarkan Skala nyeri yang dirasakan pasien dihitung dengan menggunakan Skala Analog Visual untuk nyeri. Pengukuran tingkatan ini dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam pada pasien. Skor nya tergantung jawaban dari pasien mengenai nyeri nya yakni 0-10 dengan deskripsi *Visual Analogue Scale (VAS)*: VAS merupakan suatu garis lurus yang menggambarkan skala nyeri secara terus menerus skala ini membuat pasien bebas untuk menentukan tingkat nyeri sesuai yang dirasakan. Skala Nyeri 0 : Tidak terasa nyeri, skala Nyeri 1-3 : Nyeri ringan seperti gatal, kesetrum, nyut-nyutan, perih, skala Nyeri 4-6 : Nyeri sedang seperti kram, kaku, terbakar, ditusuk-tusuk, skala Nyeri 7-9 : Nyeri berat namun masih dapat dikontrol oleh pasien, skala Nyeri 10 : Nyeri berat yang tidak dapat dikontrol pasien.

Data responden yang masuk diolah berdasarkan usia, jenis kelamin, pengalaman bekam, dan juga selisih skala sebelum dan sesudah bekam. Pengolahan data selanjutnya dilakukan dengan memasukkan data ke dalam program komputer IBM *Statistical Package for Social Science (IBM SPSS) v.20*, lalu diolah lebih lanjut dengan melakukan editing dan coding sebelumnya. Data Skala Analog Visual sebelum dan sesudah dibekam termasuk data numerik yang berpasangan. Sehingga diindikasikan untuk dilakukan Uji T Berpasangan. Jika ternyata distribusi data tidak normal maka akan dilakukan Uji Wilcoxon.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbandingan Skala Analog Visual pasien dengan nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah dibekam di wilayah kecamatan gantiwarno bulan Januari 2022. Total sampel yang terkumpul sebanyak 30

sampel/responden. Dari 30 responden terdiri dari 30 responden laki-laki dan 0 orang perempuan.

Tabel 1.  
 Distribusi Usia Responden Skala Analog Visual Terapi Bekam

No	Usia (thn)	Jumlah	Persentase (%)
1	20-30	6	19%
2	31-40	9	28%
3	41-50	1	3%
4	51-60	11	34%
5	>60	5	16%
Total		30	100%

Berdasarkan tabel 1 responden terdiri dari usia 20-30 tahun sebanyak 19%, kemudian usia 31-40 tahun sebanyak 28%, usia 41-50 tahun sebanyak 3%, usia 51-60 tahun sebanyak 34% dan yang berusia 60 tahun ke atas berjumlah 16%.

Tabel 2.  
 Responden Uji Skala Analog Visual Terapi Bekam

No	Penurunan Skala Nyeri	Jumlah	Persentase (%)
1	1 skala	2	7%
2	2 skala	21	70%
3	3 skala	7	23%
Total		30	100%

Penurunan skala nyeri pada responden menunjukkan hasil yang positif, dimana 7% responden mengalami penurunan 1 skala, kemudian yang terbesar adalah 2 skala sebesar 70% dan penurunan sampai 3 skala sebesar 23%.

**A. Analisa Bivariat**

Hasil Uji Normalitas pada Kelompok Sebelum Bekam

Tabel 3. Uji Normalitas Sebelum Bekam

	Shapiro-Wilk		
	Statistik	Df	Sig.
SAV Sebelum	<b>0,929</b>	<b>30</b>	<b>0.027</b>

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan hasil uji normalitas secara analitis dengan menggunakan Uji Shapiro-Wilk ( N < 50) berupa nilai p = 0.027. Karena nilai p < 0.05 maka dapat disimpulkan distribusi data VAS kelompok sebelum bekam

tidak normal. Karena distribusi yang tidak normal ini maka diusahakan dengan transformasi variabel SAV sebelum dengan menggunakan SPSS namun tidak ada perubahan

Hasil Uji Normalitas pada Kelompok Setelah Bekam

Tabel 4. Uji Normalitas Setelah Bekam

	Shapiro-Wilk		
	Statistik	Df	Sig.
<b>SAV Setelah</b>	<b>0,948</b>	<b>30</b>	<b>0.096</b>

Berdasarkan Tabel 4. didapatkan hasil uji normalitas secara analitis dengan menggunakan Uji Shapiro-Wilk ( $N < 50$ ) berupa nilai  $p = 0.096$ . Karena nilai  $p > 0.05$  maka dapat disimpulkan distribusi data VAS kelompok setelah bekam normal

Hasil Uji 2 Kelompok Berpasangan (Uji Wilcoxon)

Tabel 5. Hasil Uji Wilcoxon (Ranks)

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
<b>SAV sesudah-</b>	NegativeRanks	3	18.00	<b>630.00</b>
	PositiveRanks	0	0.00	<b>0.00</b>
<b>SAV sebelum</b>	<b>Ties Total</b>	<b>0</b>		

Berdasarkan Tabel 5 didapatkan bahwa terdapat 30 orang dengan nilai VAS sesudah lebih rendah dari pada VAS sebelum, tidak terdapat nilai VAS sesudah lebih tinggi dari pada VAS sebelum, dan tidak ada nilai VAS yang sama antara sebelum dan sesudah bekam

Tabel 6. Hasil Uji Wilcoxon (Statistics)

	SAV sesudah – SAV sebelum
Asymp. Sig (2-tailed)	0.000

Berdasarkan Hasil Uji Wilcoxon didapatkan bahwa nilai  $p = 0.000$ . Oleh karena nilai  $p < 0.05$ , maka dapat disimpulkan terdapat perubahan SAV yang signifikan antara sebelum bekam dan sesudah bekam

## PEMBAHASAN/DISCUSSION

Hasil dari penelitian dari 30 responden di Kecamatan Gantiwarno dengan jenis kelamin keseluruhan laki-laki, berdasarkan penurunan skala nyeri, menunjukkan statistic yang menunjukkan bahwa terapi bekam memberikan dampak yang langsung terhadap penurunan skala nyeri, bahkan sebanyak 70% sampel menunjukkan penurunan sebanyak 2 skala nyeri dan 23% menunjukkan penurunan skala yang lebih baik, yaitu 3 skala. Hal ini menunjukkan efektivitas terapi bekam sangat baik.

Dari segi usia responden terdiri dari usia 20-30 tahun sebanyak 19%, kemudian usia 31-40 tahun sebanyak 28%, usia 41-50 tahun sebanyak 3%, usia 51-60 tahun sebanyak 34% dan yang berusia 60 tahun ke atas berjumlah 16%. Menunjukkan bahwa terapi bekam efektif untuk menurunkan skala nyeri untuk segala rentang usia, dari statistik responden menunjukkan penurunan skala nyeri.

Umar (2012) menyatakan bekam adalah suatu pengobatan dengan cara menghisap kulit dan jaringan dibawah kulit, sehingga darah dan komponen darah mengumpul dibawah kulit, kemudian darah dikeluarkan dengan penyayatan dan penghisapan. Selain itu, ada juga bekam yang tidak disertai dengan pengeluaran darah. Dalam istilah medis dikenal dengan istilah *Oxidant Release Therapy* atau *Oxidant Drainage Therapy* atau istilah yang lebih populer adalah Detoksifikasi.

Cara ini lebih efektif dibandingkan dengan cara pemberian obat antioksidan (obat kimiawi) yang bertujuan untuk menetralkan oksidan di dalam akan tumbuh dan berkembang kembali. Karena itu, para dokter biasanya memberikan obat antioksidan secara berkala

Opiat endogen merupakan hasil dari stimulasi nyeri pada bagian periaqueductal gray matter, spesific nuclei di medulla, dan reticular formation. Ketiga regio inilah yang membentuk sistem analgetik dalam tubuh atau dikenal sebagai descending analgetic pathway. Stimulasi pada periaqueductal gray matter akan direspon oleh spesific nuclei di medulla dan reticular formation . Kemudian impuls akan dilanjutkan melalui inhibitory interneurons di kornu dorsalis medula spinalis. Dibagian inilah dihasilkan opiat endogen seperti endorfin, enkefalin, dan dinorfin yang akhirnya akan dilepas ke ujung saraf aferen. Opiat endogen ini akan berikatan dengan reseptor opiat dan akan menghambat pengeluaran substansi P sehingga hal ini akan menghambat transmisi impuls nyeri sepanjang ascending pain pathways. Sehingga dapat disimpulkan nyeri

punggung bawah tidak spesifik pada pasien ditekan oleh adanya opiat endogen seperti endorfin (Sherwood, 2017)

Dalam uji SPSS yang dilakukan dengan metode Uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0.000$ , dimana berada dalam batas keyakinan  $p < 0,5$  maka menyimpulkan ada perubahan signifikan antara sebelum dan sesudah bekam. Dalam penelitian yang menjadi referensi Saradinah (2020) menunjukkan hasil yang sama, yaitu ada penurunan skala bekam yang signifikan. Sehingga penelitian yang dilakukan di Kecamatan Gantiwarno menunjukkan hasil yang mendukung penelitian Saradinah tahun 2020.

Perbandingan dengan penelitian Siti Aulia Hidayat tahun 2018, menunjukkan terapi bekam dapat menurunkan tingkat kolesterol, sehingga bisa disimpulkan juga jika terapi bekam menunjukkan dampak positif untuk penurunan bermacam penyakit. Dan dengan penelitian Yuri Hari Chandra (2018), tentang penerapan terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri untuk Pekerja Angkut di Jember menunjukkan penurunan skala nyeri dan hasil yang positif. Penelitian ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti di Kecamatan Gantiwarno

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa, Pasien dengan nyeri punggung bawah merasakan adanya penurunan rasa nyeri setelah diterapi bekam. Ditunjukkan uji Statistik yang signifikan di  $p=0.000$ . Terdapat penurunan Skala Analog Visual yang signifikan sebelum dan sesudah bekam. Penurunan berkisar 1-3 skala pada Skala Analog Visual. Dengan presentasi sesuai dengan statistic yang dideskripsikan pada pembahasan. Secara teoritis penurunan skala disebabkan oleh pengeluaran endorfin atau enkefalin (opioid endogen) yang distimulasi oleh bekam.

Saran yang di tujukan kepada Responden adalah diharapkan dapat menambah wawasan pasien mengenai dampak dari terapi bekam basah, saran selanjutnya bagi Praktek Kepeawatan, Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi praktisi jika pasien yang ditangani menginginkan alternatif selain terapi konvensional sedangkan bagi peneliti, Menerapkan dan memanfaatkan ilmu yang didapatkan, menambah pengetahuan peneliti mengenai manfaat terapi bekam.

## DAFTAR PUSTAKA

- Minghelli, 2017, Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Nyeri Punggung Bawah (LBP) pada Karyawan di Kantor PLN Wilayah Aceh Tersedia di <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/1415>
- Patrianingrum M, Oktaliansyah E, Suharman E. 2015. Prevalensi dan Faktor Risiko Nyeri Punggung Bawah di Lingkungan Kerja Anestesiologi Rumah Sakit Dr. Hasan Sadikin Bandung. [e-journal]. Tersedia di: <http://journal.fk.unpad.ac.id/index.php/jap/article/view/379>.
- Tanderi, Esya Adetia; K, Tanti Ajo; Meita, H 2017, 'Hubungan kemampuan Fungsional dan Derajat Nyeri pada Pasien Low Back Pain Mekanik di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUP DR.Kariadi Semarang', Rehabilitasi Medik Rsup Dr . Kariadi Semarang, vol.6, no.1, hlm.63–72
- Huldani. 2012. Nyeri punggung. Universitas Lambuang mangkurat. <http://eprints.ulm.ac.id/210/>
- Ahmad,2015, Bekam Sinergi,Solo, Anggota SPI (Seikat Penerbit Islam) Solo
- Amaluna,2014, Pengaruh Terapi Bekam dan Muscle Energy Technique Terhadap Keluhan Nyeri Bahu Pada Pengerajin Laundry, <http://eprints.ums.ac.id/32660/21/naskah%20publikasi.pdf>
- Umar, Wadda' A. Sembuh dengan Satu Titik. Solo : Al-Qowwam, 2012.
- Dr.Zaidul dkk, 2021 Panduan Pengajaran Bekam PBI (Perkumpulan Bekam Indonesia), Jakarta
- Setyawan,dkk, 2021, Pelatihan Bekam Dasar, Yogyakarta : Holistic Islamaic Integrative Care
- Sardinah, 2020, Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Pondok Pengobatan Alternatif Miftahusyifa, Vol 3, No 1 (2020)
- Sitti Aulia Hidayat, 2018, Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Pasien Hypercholesterolemia Di Rumah Sehat Al- Hijamaah Tahun 2014/2015 : Vol. 1 No. 1, Februari 2018, Hal. 41-47
- Yugi Hari Chandra Purnama, 2018, Pengaruh Bekam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Klien Dengan Trapezius Myalgia Pada Pekerja Angkut Di Kecamatan Jelbuk Jember
- Wong DA, et al. Macnab's Backache, 4th ed. Colorado : Lippincott Williams & Wilkins, 2017.
- Jaedun,2011. METODOLOGI PENELITIAN EKSPERIMEN.Yogyakarta <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/pengabdian/drs-amat-jaedun-mpd/metode-penelitian-eksperimen.pdf>
- Sugiyono,2016.e–Jurnal Riset Manajemen PRODI MANAJEMEN : <http://riset.unisma.ac.id/index.php/jrm/article/viewFile/4010/3492>
- Hidayat, A.A.. (2014). Metode penelitian keperawatan dan teknis analisis data. Jakarta : Salemba Medika

- Sherwood, Lauralee. *Human Physiology : From Cells to Systems* 7th Ed. USA : Brooks/Cole, Cengage Learning, 2017.
- Azizah, 2015, Pengaruh aktivitas fisik anaerobik tiap hari terhadap kadar heat shock protein HSP 70 otot jantung tikus wistar : vol 5 no 1
- Izrail, 2014, Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Nitric Oxide (NO) Plasma pada Masyarakat di Kota Padang : vol 3, no 2
- Moleong, Lexy J. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*, cetakan ke-36, Bandung PT Remaja Rosdakarya Offsse