

PENGARUH TERAPI BEKAM TITIK RUKHBAH TERHADAP NYERI SENDI LUTUT PADA LANSIA DI UNIT PELAKSANA TEKNIS PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JEMBER

Puji Setyo Wahyudi¹, Wahyudi Widada², M. Shodikin³

¹Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

^{2,3}Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jl. Karimata 49 Jember Telp: (0331) 332240 Fax: (0331) 337957 Email:

fikes@unmuhjember.ac.id Website: <http://fikes.unmuhjember.ac.id>

Psyudi@gmail.com

ABSTRAK

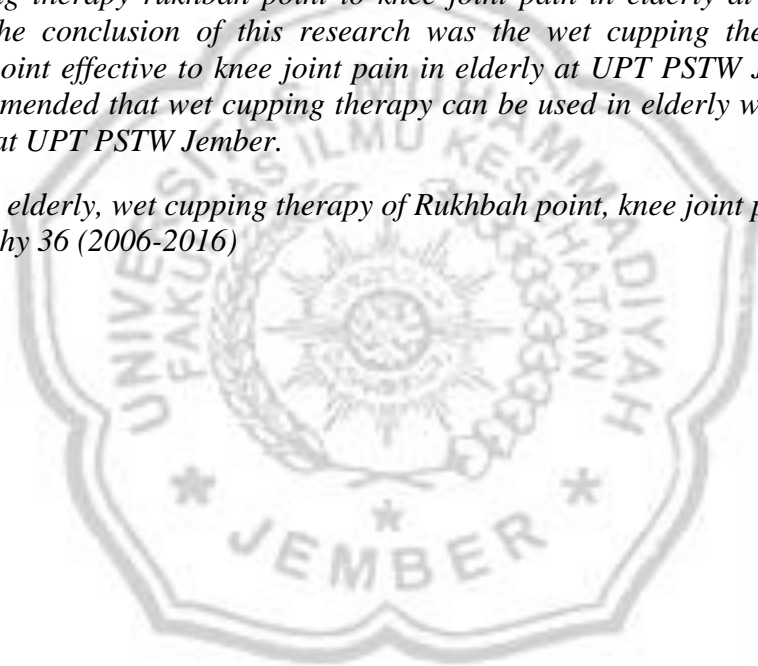
Nyeri merupakan perasaan tidak menyenangkan dari ringan, sedang, & berat. Nyeri sendi lutut merupakan nyeri yang dirasakan pada bagian lutut yang menyebabkan seseorang tidak dapat melakukan aktivitas dengan nyaman. Salah satu cara mengatasi nyeri sendi lutut yaitu dengan terapi bekam. Terapi bekam merupakan metode pengobatan dengan cara mengeluarkan darah yang mengandung *Causative Pathological Substances* penyebab nyeri. Pembekaman dilakukan pada titik Rukhbah. Metode penelitian ini menggunakan *Pre Experimental design* dengan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah lansia yang mengalami nyeri sendi lutut berusia 60-70 tahun berjumlah 32 lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Hasil penelitian didapatkan bahwa skala nyeri sendi lutut sebelum dilakukan terapi bekam titik Rukhbah dengan mean 5,93 dan setelah dilakukan terapi bekam titik Rukhbah dengan mean 4,33. Uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* (p value $< 0,05$), didapatkan p value = 0,001 dimana p value $< 0,05$ yang artinya ada pengaruh terapi bekam titik Rukhbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di UPT PSTW Jember. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pembekaman pada titik Rukhbah berpengaruh terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di UPT PSTW Jember. Direkomendasikan agar terapi bekam dapat digunakan pada lansia yang mengalami nyeri sendi lutut di UPT PSTW Jember.

Kata kunci: lansia, terapi bekam titik Rukhbah, nyeri sendi lutut
Daftar pustaka 36 (2006-2016)

ABSTRACT

Pain is an uncomfortable feeling from mild, medium and heavy. Knee joint pain is pain that is felt at the knees that causes a person unable to do the activity comfortably. To overcome the knee joint pain can use wet cupping therapy. Wet cupping therapy is a method of treatment with how to get blood it contains Causative Pathological Substances the cause of pain. Point used is the Rukhbah point. The methodology of this research was pre experimental design with one-group pretest-posttest. The population of this research was elderly who had knee joint pain in age 60-70 years old in elderly. Technique the sample collection use purposive sampling. The results of this research was that scale knee joint pain before and after to wet cupping therapy Rukhbah point with the mean 5,93 and 4,33. The statistical test using Wilcoxon Signed Rank Test (p value < 0.05), obtained p value = 0,001 where p value $< 0,05$ that mean there were the effect of wet cupping therapy rukhbah point to knee joint pain in elderly at UPT PSTW Jember. The conclusion of this research was the wet cupping therapy at the Rukhbah point effective to knee joint pain in elderly at UPT PSTW Jember. This was recommended that wet cupping therapy can be used in elderly who had knee joint pain at UPT PSTW Jember.

*Keywords: elderly, wet cupping therapy of Rukhbah point, knee joint pain
Bibliography 36 (2006-2016)*



PENDAHULUAN

Seiring dengan meningkatnya angka harapan hidup dan jumlah populasi lansia, memberikan dampak pada pergeseran pola penyakit (transisi epidemiologi) di masyarakat dari penyakit infeksi ke penyakit degeneratif (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2013 dalam Cahyani, 2015). Hal tersebut disebabkan karena menurunnya angka kematian, sehingga manusia cenderung akan tetap hidup serta mengalami kondisi-kondisi yang berkaitan dengan penyakit degeneratif dan kronis seiring dengan bertambahnya usia. Meningkatnya jumlah lanjut usia, maka semakin besar pula peluang peningkatan penyakit degeneratif (Hi'miyah dan Martini, 2013 dalam Cahyani, 2015).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa 40% penduduk dunia yang berusia lebih dari 70 tahun akan menderita nyeri sendi lutut. Dari jumlah tersebut 80% diantaranya mengalami keterbatasan gerak (Anas, 2013). Adanya nyeri sendi lutut menyebabkan seseorang takut melakukan aktivitas atau gerakan sehingga menurunkan kualitas hidupnya (Marlina, 2015).

Upaya dalam mengurangi rasa nyeri terutama nyeri sendi lutut dapat menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi menurut Mahadewa dan Maliawan (2009) dalam Ramananda (2014) dapat dilakukan dengan pemberian analgetik berupa obat anti inflamasi non steroid (NSAID) sampai gejala menghilang. Namun pemakaian dalam waktu yang panjang dan terus-menerus dapat menyebabkan efek samping yang membahayakan seperti depresi pernafasan dan sedasi, mual-muntah, konstipasi, adiksi, toleransi serta menyebabkan gangguan pada gastrointestinal.

Terapi non farmakologi salah satunya dapat menggunakan terapi bekam. Terapi bekam merupakan cara pengobatan tradisional yang memiliki prinsip kerja mengeluarkan darah (*blood letting*) di area tertentu salah satunya di lutut sehingga dapat menyembuhkan penyakit (Umar, 2008 dalam Widada, 2012). Pada pelaksanaan terapi bekam yang dilakukan secara teratur terbukti dapat memberikan efek sebagai antioksidan yaitu menurunkan radikal bebas (Umar, 2008 dalam

Febri, 2015). Menurut Yanti (2011) bekam juga bermanfaat dalam menyembuhkan berbagai penyakit, seperti nyeri pada sendi, tulang, dan otot yang salah satunya adalah nyeri sendi lutut.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werda Jember, didapatkan jumlah lanjut usia sebanyak 140 orang, dengan penderita nyeri sendi lutut sebanyak 32 orang. Sehingga peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Bekam Titik Rukbah terhadap Nyeri Sendi Lutut pada Lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werda Jember.”

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain yang digunakan adalah *pre experimental design* dengan rancangan *one-group pretest-posttest design*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2017 di Unit

Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werda Jember.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah lanjut usia yang mengalami nyeri sendi lutut di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werda Jember berjumlah 32 orang. Sampel yang digunakan berjumlah 30 orang.

Teknik Sampling

Teknik sampling pada penelitian ini adalah *Purposive Sampling*.

Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar *Numeric Pain Rating Scale*.

Analisa Data

Pada penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Apabila $p \text{ value} < 0,05$ berarti H_1 diterima yang artinya ada pengaruh terapi bekam titik Rukbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werda Jember.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi lansia berdasarkan jenis kelamin di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember 2017

Jenis Kelamin	Jumlah Responden	Persentase (%)
Laki-laki	19	63,3%
Perempuan	11	36,7%
n		
Total	30	100%

Sumber: Data diolah tahun 2017.

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin lansia paling banyak adalah laki-laki sebanyak 19 orang (63,3%) dan perempuan sebanyak 11 orang (36,7%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi lansia berdasarkan usia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember 2017

Usia	Jumlah Responden	Persentase (%)
60-70 tahun	30	100%
Total	30	100%

Sumber: Data diolah tahun 2017.

Berdasarkan tabel 2 dapat disimpulkan bahwa lansia berusia

60-70 tahun sebanyak 30 orang (100%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi lansia berdasarkan pendidikan di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember 2017

Pendidikan	Jumlah Responden	Persentase (%)
SD	14	46,7%
SMP	2	6,7%
Lain-lain	14	46,7%
Total	30	100%

Sumber: Data diolah tahun 2017.

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat disimpulkan bahwa lansia dengan pendidikan SD sebanyak 14 orang (46,7 %), SMP sebanyak 2 orang (6,7 %), dan lain-lain sebanyak 14 orang (46,7 %).

Tabel 4. Distribusi frekuensi lansia berdasarkan skala nyeri sendi lutut sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam titik Rukhbah di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember 2017

Skala Nyeri Sebelum Terapi Bekam	Jumlah Responden	Persentase (%)
Skala nyeri 4	3	10 %
Skala nyeri 5	5	16,7 %
Skala nyeri 6	15	50 %
Skala nyeri 7	5	16,7%
Skala nyeri 8	2	6,7%
Total	30	100%

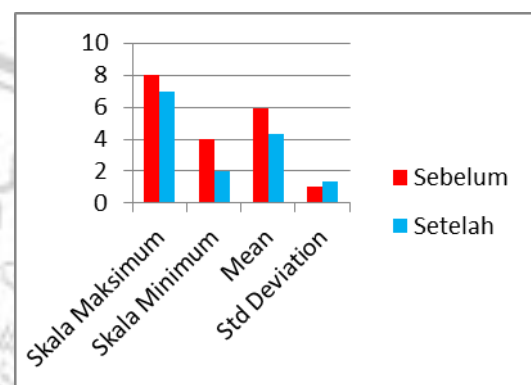
Skala Nyeri Setelah Terapi Bekam	Jumlah Responden	Persentase (%)
Skala nyeri 2	2	6.7 %
Skala nyeri 3	5	16.7 %
Skala nyeri 4	13	43.3 %
Skala nyeri 5	4	13.3 %
Skala nyeri 6	3	10 %
Skala nyeri 7	3	10 %
Total	30	100 %

Sumber: Data diolah tahun 2017.

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan hasil bahwa sebelum terapi bekam lansia paling banyak mengalami nyeri sendi lutut pada skala nyeri 6 sebanyak 15 lansia (50%). Dan setelah terapi bekam lansia paling banyak mengalami

nyeri sendi lutut pada skala nyeri 4 sebanyak 13 lansia (43,3%).

Diagram Batang 1. Distribusi frekuensi lansia berdasarkan pengaruh terapi bekam titik Rukhbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember 2017



Sumber: Data diolah tahun 2017.

Berdasarkan diagram batang 1 diatas menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan metode SPSS versi 16.0 didapatkan p value = 0,001 dimana p value < 0,05 yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada Pengaruh Terapi Bekam Titik Rukhbah terhadap Nyeri Sendi Lutut pada Lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

Penuaan merupakan suatu proses alamiah yang tidak dapat dihindari, berjalan terus menerus, dan berkesinambungan. Proses tersebut dapat menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh, sehingga akan memengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Maryam, 2008). Semakin bertambahnya usia, maka semakin rentan mengalami penyakit sendi degeneratif yang akan menyebabkan nyeri sendi lutut (Nugroho, 2015).

Nyeri merupakan perasaan tidak nyaman, dari ringan, sedang, maupun berat yang sangat bersifat subjektif dan hanya orang yang mengalaminya yang dapat menjelaskan dan mengevaluasi perasaan tersebut (Mubarak, 2014).

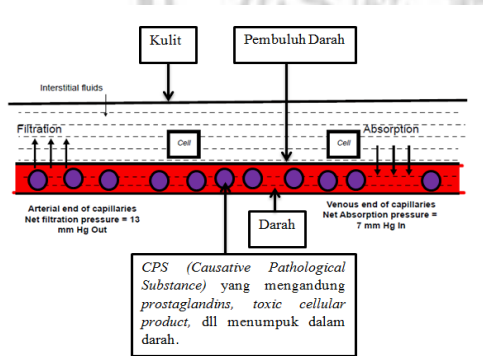
Lansia dapat mengalami nyeri sendi lutut karena pada sendi lutut terdapat suatu kartilago yang berguna untuk menutup ujung-ujung tulang penyusun sendi dan juga terdapat cairan yang disebut cairan *synovial* terletak diantara tulang-tulang tersebut dan bertindak sebagai bahan pelumas yang mencegah ujung-ujung tulang tersebut

bergesekan dan saling mengikis satu sama lain. Pada kondisi kekurangan cairan *synovial* lapisan kartilago yang menutup ujung tulang akan bergesekan satu sama lain. Gesekan tersebut akan membuat lapisan tersebut semakin tipis dan akhirnya akan menimbulkan rasa nyeri (Suhendriyo, 2014).

Upaya dalam mengurangi nyeri sendi lutut dapat menggunakan terapi bekam. Terapi Bekam merupakan prosedur ekskresi untuk membersihkan cairan darah dan interstisial yang mengandung sampah metabolisme yaitu *Causative Pathological Substances (CPS)* yang merupakan substansi yang menyebabkan penyakit meliputi *autoantibodies, immune complexes, soluble interleukin-2 receptors, inflammatory mediators, certain cytokines, prostaglandins, toxic cellular products*. Dan bertujuan untuk meningkatkan filtrasi pada kedua ujung kapiler serta mengembalikan fisiologi dan homeostasis (El Sayed, 2013).

Pada proses pembekaman terjadi kerusakan pada kulit sehingga terjadi pelepasan beberapa zat seperti *serotonin, histamin, bradikinin, slow*

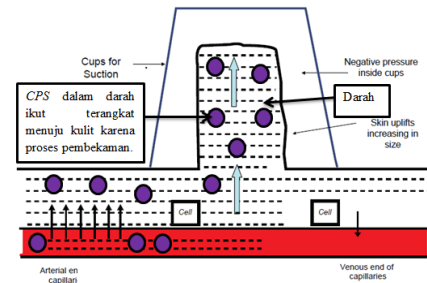
reacting substance, serta zat-zat lain yang belum diketahui. Zat-zat ini menyebabkan terjadinya dilatasi kapiler dan arteriol, serta *flare reaction* pada daerah yang dibekam. Pembekaman di kulit akan menstimulasi kekuatan saraf permukaan kulit yang akan dilanjutkan pada *cornu posterior medulla spinalis* melalui saraf A-delta dan C, serta *traktus spinothalamicus* ke arah *thalamus* yang akan menghasilkan *endorphin* (Umar, 2012).



Gambar 1. Proses Pembekaman (Diadopsi dari El Sayed, 2013).

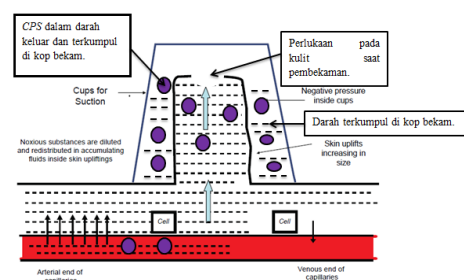
Pada gambar 1 diatas diketahui bahwa keadaan kulit dan pembuluh darah sebelum dilakukan terapi bekam. Didalam pembuluh darah terdapat banyak sampah metabolisme yang disebut *CPS* yang mengandung zat algogen salah satunya seperti prostaglandins yang

dapat meningkatkan sensitifitas *nociceptor* sehingga menimbulkan nyeri.



Gambar 2. Proses Pembekaman (Diadopsi dari El Sayed, 2013).

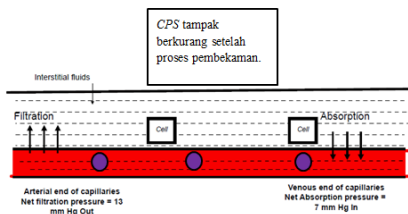
Pada gambar 2 diatas dapat diketahui bahwa mulai dilakukan terapi bekam kering terlebih dahulu tanpa ada perlukaan. Keadaan kulit mulai terangkat karena adanya tekanan pada kop bekam. Selain itu darah dan *CPS* juga mulai terangkat menuju kulit yang dibekam.



Gambar 3. Proses Pembekaman (Diadopsi dari El Sayed, 2013).

Pada gambar 3 diatas dapat diketahui bahwa proses selanjutnya yaitu perlukaan pada kulit yang

dibekam. Sehingga darah dan *CPS* yang terkandung didalamnya juga keluar dan memenuhi kop bekam.



Gambar 4. Proses Pembekaman (Diadopsi dari El Sayed, 2013).

Pada gambar 4 diatas dapat diketahui bahwa keadaan kulit setelah proses pembekaman. Bila dibandingkan dengan gambar 1 dapat terlihat pada gambar 4 kandungan *CPS* dalam darah tampak berkurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Nyeri sendi lutut pada lansia sebelum dilakukan terapi bekam titik *Rukhbah* di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember didapatkan nilai nyeri

maksimum adalah 8, nyeri minimum adalah 4, rerata adalah 5,93.

2. Nyeri sendi lutut pada lansia setelah dilakukan terapi bekam titik *Rukhbah* di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember didapatkan nilai nyeri maksimum adalah 4, nyeri minimum adalah 2, rerata adalah 4,33.
3. Ada pengaruh terapi bekam titik *Rukhbah* terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

B. SARAN

1. Peneliti Selanjutnya Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya pemberian perlakuan yang berbeda. Misalnya dengan terapi akupuntur, dan lain-lain. Serta penambahan waktu dan jumlah responden dalam

penelitian dengan menggunakan kelompok kontrol.

2. Responden

Peneliti berharap agar lansia selalu menggunakan terapi bekam untuk mengurangi nyeri sendi lutut.

Maryam, R. Siti. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2014). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia Teori & Aplikasi dalam Praktik*. Jakarta: EGC.

Nugroho, W. (2015). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. (Edisi 3). Jakarta: EGC.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas, Raoza Analis. (2013). *Penambahan Tehnik Roll Slide Mobilisation Pada Penerapan Us Lebih Meningkatkan Fungsioanal Lutut Pada Kondisi Osteoarthritis Lutut*.
- Cahyani, S. T. (2015). *Perilaku Pencarian Pengobatan Lansia Penderita Penyakit Degeneratif (Studi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangduren, Kecamatan Balung, Kabupaten Jember)*.
- Febri, M. Amrizal. (2015). *Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Nyeri Kepala Tipe Tegang Pada Dewasa Muda Di Desa Sukorejo Kecamatan Bangorejo Kabupaten Banyuwangi*, Vol.1, 3.
- Marlina, T. T.. *Efektivitas Latihan Lutut Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Osteoarthritis Lutut di Yogyakarta*, Vol.2(1), 45.
- Ramananda, G. A. (2014). *Pengaruh Terapi Bekam Kering Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Dengan Low Back Pain*.
- Sayed, El., Mahmoud., & Nabo. (2013). *Medical and Scientific Bases of Wet Cupping Therapy (Al-hijamah): in Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine*, Vol.2(5), 1.
- Suhendriyo. (2014). *Pengaruh Senam Rematik Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Penderita Osteoarthritis Lutut Di Karangasem Surakarta*, Vol.3(1), 2.
- Umar, W.. (2012). *Sembuh dengan Satu Titik 2 (7 Bekam untuk Penyakit Kronis)*. Solo: Thibbia.
- Widada, W., & Kurniawan, H. (2012). *Efektifitas Bekam Sebagai Terapi Komplementer Hipertensi Non Farmakologis*, Vol.3(1), 36.

Yanti, R. F. (2011). *Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Nyeri Kepala Di Klinik Afiat.*

