

EFEKTIFITAS TERAPI BEKAM PADA AREA PINGGANG TERHADAP PENURUNAN NYERI PINGGANG DI *HOLISTIC NURSING THERAPY* PROBOLINGGO

Oleh:

Gita Ramadhani, Wahyudi Widada, Sasmiyanto

Jl. Karimata 49 Jember Telp: (0331) 332240 Fax: (0331) 337957 Email: fikes@unmuhjember.ac.id Website: <http://fikes.unmuhjember.ac.id>

ABSTRAK

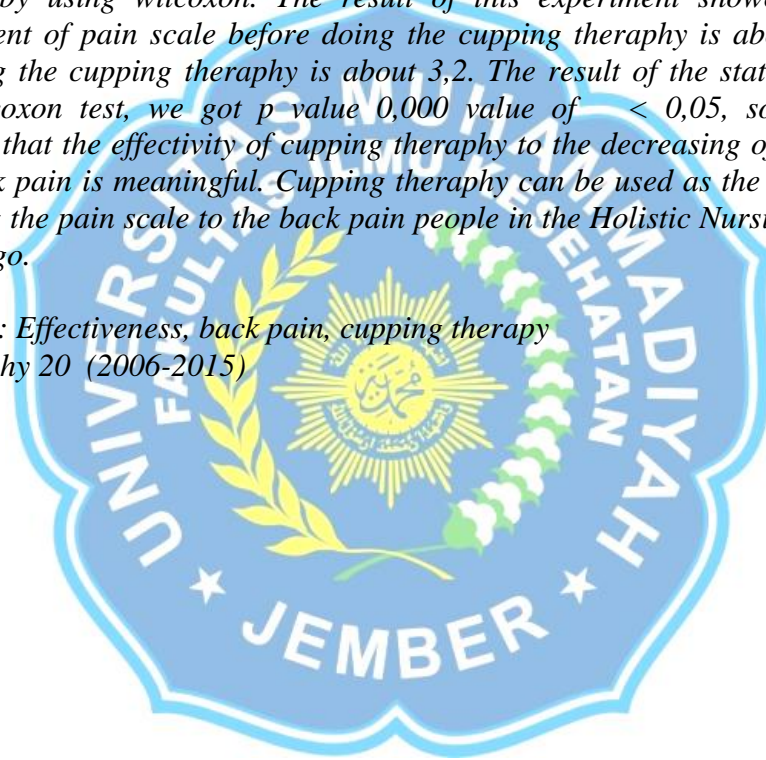
Nyeri pinggang merupakan nyeri yang paling sering dirasakan, dari hanya sekedar pegal linu hingga nyeri berat. Salah satu tindakan untuk mengurangi nyeri pada pinggang dengan menggunakan terapi bekam basah. Terapi bekam basah merupakan cara pengobatan tradisional yang memiliki prinsip kerja mengeluarkan darah kotor melalui permukaan kulit, bekam memiliki fungsi menstimulasi pelepasan endorphine yang berperan mengurangi kepekaan terhadap nyeri, zat ini disekresikan sebagai akibat dari isapan alat bekam. Penelitian ini tergolong pra experimental design, dengan rancang one group pre-test post-test design. Sampel pada penelitian ini sebanyak 35 responden. Diberikan terapi bekam basah pada 6 titik di area pinggang. Dilakukan satu kali terapi bekam basah setiap responden. Setelah data terkumpul dilakukan analisa computer dengan menggunakan wilcoxon. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hasil pengukuran skala nyeri sebelum dilakukan terapi bekam dengan nilai rata-rata 5,3 dan sesudah dilakukan terapi bekam dengan nilai rata-rata 3,2. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan p value 0,000 nilai $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa efektifitas terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri pada nyeri pinggang adalah bermakna. Bekam dapat digunakan sebagai terapi untuk penurunan skala nyeri pada penderita nyeri pinggang di Holistic Nursing Therapy Probolinggo.

Kata Kunci: efektifitas, nyeri pinggang, bekam
Daftar pustaka 20 (2006-2015)

ABSTRACT

Back pain is the pain that most of people feel, from a bit pain until the hard pain. One of the effort to heal the pain in the back is by using wet cupping therapy. Wet cupping therapy is the traditional way of treatment by using the prinsip of taken out the dirty blood through the surface of the skin. Cupping therapy has the function to stimulate the releasing of the endorphine that is used to decreasing the pain. This molecul is secreted as the effect of the cupping therapy tools. This research design is included as the pra experimental design, by designing one group pre-test post-test design. This sampling experiment has 35 respondent. Given wet cupping therapy at 6 point in the waist area. Wet cupping therapy doing one time to each respondent. After all data has been submitted, we analyze the computer by using wilcoxon. The result of this experiment showed that the measurement of pain scale before doing the cupping therapy is about 5,3 and after doing the cupping therapy is about 3,2. The result of the statistic test by using wilcoxon test, we got p value 0,000 value of $p < 0,05$, so it can be concluded that the effectivity of cupping therapy to the decreasing of pain scale to the back pain is meaningful. Cupping therapy can be used as the therapy to decreasing the pain scale to the back pain people in the Holistic Nursing Therapy Probolinggo.

*Key words: Effectiveness, back pain, cupping therapy
Bibliography 20 (2006-2015)*



PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri merupakan perasaan tidak nyaman atau sensasi ketidaknyamanan yang dirasakan oleh tubuh. Nyeri adalah fenomena fisiologi yang seringkali mengganggu aktivitas dari individu yang mengalaminya dan menghambat proses penyembuhan. Rasa nyeri merupakan rasa yang tidak menyenangkan, melibatkan emosi serta keadaan efektif seseorang, dan persepsinya. Nyeri dapat diterima oleh seseorang sebagai suatu mekanisme untuk menghindari keadaan yang berbahaya, mencegah kerusakan lebih jauh, dan untuk mendorong proses suatu penyembuhan. Kemungkinan setiap orang memiliki respon nyeri yang berbeda satu sama lain tergantung pada persepsi dan ketahanan terhadap nyeri (Hasyim, 2007 dalam Purnama, 2012) Stres adalah sebuah hubungan antara individu dengan lingkungan yang dinilai oleh individu tersebut sebagai hal yang membebani atau sangat melampaui kemampuan seseorang dan membahayakan kesejahteraannya (Taylor et al., 2010). Secara fisiologis Stres mengaktifasi hipotalamus dan korteks adrenal untuk menstimulasi pelepasan sekelompok hormon termasuk hormon seks, yaitu hormon oxytocyn, hormon endorfin, hormon adrenalin, dan hormon testosteron yang berperan dalam respon *fight or flight* (Nasution, 2007).

Menurut Widada (2011) bekam adalah cara pengobatan dengan cara mengeluarkan darah dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Teknik bekam yang sedang berkembang di Indonesia saat ini adalah membekam pada titik-titik

meridian akupunktur dan titik-titik bekam Nabi (*Prophet Potent Point*). Jadi, proses penyembuhan terjadi apabila bekam dilakukan pada titik-titik tadi, dimana titik ini akan bekerja langsung pada sistem endokrin, metabolisme dan peningkatan sistem imunitas. Selain itu, apabila seseorang membekam titik ini, maka akan terjadi sekresi zat neurokimia seperti endorphin yang bisa mengurangi nyeri. Bekam meningkatkan oksigenasi pada mikrovaskuler sehingga aliran darah pada area yang sakit menjadi membaik (Widada, 2010).

Beberapa penelitian tentang terapi bekam terhadap penurunan nyeri telah dilakukan sebelumnya. Misalnya, pada penelitian yang dilakukan oleh Juwita Arik (2014) telah terbukti bahwa terapi bekam efektif terhadap penurunan nyeri bahu pada buruh wanita di PT. Mayang Sari Jember. Sedangkan pada penelitian yang lain, dilakukan oleh Warisal Fatah (2015) telah terbukti bahwa terapi bekam efektif terhadap penurunan rasa nyeri pada sakit gigi di Rumah Bekam Al-Kahil Perumahan Villa Tegal Besar Jember.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum
Mengidentifikasi efektifitas terapi bekam terhadap penurunan nyeri pada penderita nyeri pinggang di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.
2. Tujuan Khusus
 - a. Mengidentifikasi nyeri pada penderita nyeri pinggang sebelum diberikan terapi bekam di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.

- b. Mengidentifikasi nyeri pada penderita nyeri pinggang sesudah diberikan terapi bekam di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.
- c. Menganalisis efektifitas terapi bekam terhadap penurunan nyeri pada penderita nyeri pinggang di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra experimental dengan rancang bangun *one group pre-post test design* yang bertujuan untuk mengetahui efektifitas antara variabel independen (terapi bekam) dengan variabel dependen (penurunan nyeri pinggang) pada penderita nyeri pinggang di *Holistic Nursing Therapy Probolinggo* yang dilaksanakan pada bulan Desember 2016 dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dengan ketentuan nilai 0.05 dan *p value* .

Sampel pada penelitian ini sebanyak 35 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *quota sampling* dengan kriteria sampel yaitu responden yang mengalami nyeri pinggang (< 6 bulan), tidak mengkonsumsi obat analgesik selama 12 jam sebelum dilakukan intervensi, dan berusia 15 tahun-60 tahun.

Teknik pengumpulan data menggunakan lembar skala numerik (0-10). Dengan penilaian skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam (pada menit ke 10 dan menit ke 30).

HASIL PENELITIAN

A. Data Umum

1. Tingkat Usia

Tabel 5.1

Distribusi Penderita Nyeri Pinggang Berdasarkan Usia Di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo Tahun 2016

Usia	Frekuensi	Persentase
20 – 30	14	40%
31 – 40	11	31,4%
41 – 50	9	25,7%
51 – 60	1	2,9%
Total	35	100%

Dari tabel 5.1 di atas menunjukkan bahwa usia responden sebagian berada pada rentang usia 20 – 30 tahun yaitu 14 responden (40%).

2. Jenis Kelamin

Tabel 5.2

Distribusi Penderita Nyeri Pinggang Berdasarkan Jenis Kelamin Di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo Tahun 2016

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	11	31,4%
Perempuan	24	68,6%
Total	35	100%

Berdasarkan tabel 5.2 di atas terlihat bahwa jenis kelamin responden sebagian besar adalah perempuan yaitu 24 responden (68,6%).

B. Data Khusus

1. Skala Nyeri Sebelum Diberi Perlakuan Terapi Bekam

Tabel 5.3

Distribusi Hasil Pengukuran Skala Nyeri Pada Penderita Nyeri Pinggang Sebelum Dilakukan Terapi Bekam Di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo

Variabel	Mean	Min	Maks
Skala nyeri sebelum diberi perlakuan terapi bekam	5,3	1	10

Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan dengan hasil pengukuran skala nyeri sebelum diberi perlakuan terapi bekam didapatkan nilai rata-rata 5,3, nilai minimal 1, dan nilai maksimal 10.

- Skala Nyeri Sesudah Diberi Perlakuan Terapi Bekam

Tabel 5.4

Distribusi Hasil Pengukuran Skala Nyeri Pada Penderita Nyeri Pinggang Sesudah Dilakukan Terapi Bekam Di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo Tahun 2016

Variabel	Mean	Min	Maks
Skala nyeri sesudah diberi perlakuan terapi bekam	3,2	0	8

Tabel 5.4 menunjukkan bahwa nilai rata-rata 3,2, nilai minimal 0. Sedangkan nilai maksimal adalah 8.

- Efektifitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Nyeri

Tabel 5.5

Efektifitas Terapi Bekam Pada Area Pinggang Terhadap Penurunan Nyeri Pinggang Di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo Tahun 2016

	N	Median	P
Pre_nyeri	35	5,00	0,000
Post_nyeri	35	3,00	

Tabel 5.5 di atas menunjukkan hasil analisis uji statistik antara terapi bekam dengan penurunan nyeri pinggang menggunakan uji *Wilcoxon* dengan nilai signifikan (*P Value*) = $0,000 < = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H1 diterima, yang artinya terapi bekam efektif dalam menurunkan skala nyeri pada penderita nyeri pinggang.

PEMBAHASAN

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil 1. Skala Nyeri Pada Penderita Nyeri Pinggang Sebelum Dilakukan Terapi Bekam

Nyeri pada nyeri pinggang adalah yang paling melemahkan dan merupakan keluhan umum pasien yang meningkatkan pemeriksaan badan rutin di seluruh dunia (Hanan & Eman, 2013). Nyeri pinggang disebabkan oleh beberapa faktor, kebanyakan kasus dari nyeri pinggang disebabkan oleh hal yang umum misalnya keseleo, atau karena penyebab yang spesifik contohnya penyakit degeneratif dan herniasi lumbar. (Ullrich, 2007 dalam Hanan & Eman, 2013)

Skala nyeri dapat diukur dengan beberapa alat ukur salah satunya menggunakan skala numerik (*Numerical Rating Scale*). Skala numerik digunakan sebagai alat pengganti alat pendeskripsi kata. Pasien menilai nyeri dengan rentang skala 0-10. Dimana 0 yang berarti tidak nyeri dan 10 yang berarti nyeri paling hebat. Pada data peneliti yang telah melakukan penelitian, nyeri yang dirasakan oleh pasien nyeri pinggang menempati skala 1-10. Hal ini menyebabkan terganggunya

aktivitas penderita, maka diperlukan sebuah tindakan tepat untuk menurunkan rasa nyeri tersebut.

2. Skala Nyeri Pada Penderita Nyeri Pinggang Setelah Dilakukan Terapi Bekam

Nyeri pada penderita nyeri pinggang merupakan nyeri yang sangat mengganggu penderitanya maka hal ini perlu tindakan yang tepat yaitu salah satunya adalah terapi bekam. Dari data hasil penelitian yang telah diteliti oleh peneliti menunjukkan ada perubahan angka skala nyeri pada penderita nyeri pinggang dengan menggunakan terapi bekam.

Bekam merupakan metode pengobatan dengan cara mengeluarkan darah dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Bekam sudah dikenal sejak ribuan tahun lalu sebelum Masehi. Nama lain dari bekam adalah *hijamah, canduk, canthuk, kop, mambakan, Cupping Therapeutic Method, Pa Hou Kan*. (Sutomo, 2007 dalam Widada, 2011)

Hal ini dibuktikan dengan teori Endorfin dimana bekam menstimulasi pelepasan endorfin yang berperan mengurangi kepekaan (sensitivitas) terhadap nyeri. Zat ini dilepaskan karena terjadinya nyeri ringan akibat isapan dan sayatan alat bekam. Zat nitrit oksida (NO) juga berperan meningkatkan pelepasan zat ini di bagian tertentu pada otak dikarenakan beberapa faktor eksternal seperti cedera dan luka. Salah satu buktinya, ketika sedang asyik bekerja, seseorang kadang tidak merasakan luka ringan yang mungkin terasa sangat nyeri sehabis kerja saat badannya sudah tenang dan mengetahui dirinya terluka.

Kondisi kejiwaan yang baik juga membantu pelepasan zat ini, karena ia dikenal sebagai zat pengatur kegembiraan internal (*endogenous pleasure substances*). Pelepasan zat tersebut akan berkurang apabila kondisi kejiwaan memburuk. (Sharaf, 2012)

3. Efektifitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Nyeri Pinggang

Berdasarkan hasil analisis dari 35 orang menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan *p value* 0,000 nilai < 0,05, artinya terdapat pengaruh terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri pada penderita nyeri pinggang di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.

Bekam adalah tehnik pengobatan dengan jalan membuang darah kotor (racun berbahaya) dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Menurut faham umum, sebenarnya bekam berfungsi membuang darah yang telah rusak karena tingginya oksidan dalam tubuh dengan cara menusuk dengan jarum pada kulit dan dilakukan 2 kali pengekapan setiap pengekapan selama 5 menit.

Karena nyeri ringan yang disebabkan oleh tusukan dan pengekapan tersebut menstimulasi hipotalamus untuk memproduksi hormon endorfin. Dimana hormon tersebut merupakan opiat alami di dalam otak yang diproduksi ketika ada bagian tubuh yang mengalami cedera selain itu hormon tersebut bersifat analgesik yang dihantarkan melalui saraf A delta dan C. Sehingga terapi bekam efektif dalam menurunkan skala nyeri pada

penderita nyeri pinggang di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.

B. Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini peneliti mengalami keterbatasan dalam hal berikut, yaitu peneliti tidak menspesifikkan nyeri pada kriteria inklusi dan eksklusi, dan konsistensi derajat nyeri pada setiap orang berbeda.

C. Implikasi Terhadap Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian terapi bekam efektif dalam menurunkan skala nyeri pada penderita nyeri pinggang di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo. Terapi bekam dapat menjadi metode alternatif yang dapat digunakan oleh perawat dalam memberikan intervensi terhadap penurunan nyeri pinggang.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 45 responden, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Nyeri pada penderita nyeri pinggang sebelum diberikan terapi bekam di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo didapatkan nilai rata-rata 5,3 dengan nilai minimal 1, dan nilai maksimal 10.
2. Nyeri pada penderita nyeri pinggang setelah diberikan terapi bekam di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo didapatkan nilai rata-rata 3,2 dengan nilai minimal 0, dan nilai maksimal 8.
3. Terapi bekam area pinggang efektif terhadap penurunan nyeri pinggang di *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.

B. Saran

1. Penderita dan Keluarga

Menyarankan kepada penderita nyeri pinggang dan keluarganya agar memanfaatkan terapi bekam yang sudah terbukti dapat berpengaruh pada penurunan skala nyeri pada penderita nyeri pinggang. Terapi bekam apabila dilakukan secara teratur dapat menurunkan ketergantungan pada obat-obatan yang mengandung zat kimia yang tidak baik bagi tubuh serta memberikan gambaran pada penderita nyeri pinggang dan keluarga tentang pengobatan alternatif yang memiliki rasional serta efeknya terhadap penurunan nyeri.

2. Masyarakat

Menyarankan masyarakat untuk menggunakan terapi komplementer untuk digunakan sebagai pengganti pengobatan secara farmakologi khususnya pengunjung *Holistic Nursing Therapy* Probolinggo.

3. Petugas Kesehatan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber pengetahuan baru dalam keberhasilan perawatan atau intervensi keperawatan yang dilakukan pada penderita nyeri pinggang untuk menjalankan asuhan keperawatan.

4. Institusi Pendidikan Kesehatan

Sebagai masukan dalam memberikan informasi pada institusi pendidikan kesehatan tentang pengaruh terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri pada nyeri pinggang dan terapi bekam sebaiknya dilakukan dengan memperhatikan prinsip Standard Operational Procedur

(SOP) dan peralatan yang steril untuk mencegah penularan kuman penyakit.

5. Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat memperbaharui penelitian ini dengan :

- a. Melakukan penelitian dengan mengidentifikasi penyebab serta macam nyeri pinggang secara spesifik.
- b. Penambahan waktu untuk post tes.
- c. True experimental dengan grup kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Aleyeidi N, Aseri K, Kawthar A. (2014). *The Efficacy of Wet Cupping on Blood Pressure among Hypertension Patients in Jeddah, Saudi Arabia: A Randomized Controlled Trial Pilot Study*. *Alternative & Integrative Medicine* 4:1
- El Sayed SM, Mahmoud HS, Nabo MMH. (2013). *Medical and Scientific Bases of Wet Cupping Therapy (Al-hijamah): in Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine*. *Alternative and Integrative Medicine* 2: 122
- _____. (2013). *Methods of Wet Cupping Therapy Al-Hijamah): in Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine*. *Alternative and Integrative Medicine* 2: 3
- Fatah, W. (2015). *Efektifitas Terapi Bekam terhadap Penurunan Rasa Nyeri Pada Sakit Gigi Di Rumah Bekam Al Kahil Kaliwates Jember*. Jember: Tidak dipublikasikan .
- Frasetio, J. A. (2014). *Pengaruh Terapi Bekam terhadap Nyeri pada Buruh Wanita Yang Mengalami Nyeri Bahu Di PT Mayang Sari Jember*. Jember: Tidak dipublikasikan.
- Hanan, S., & Eman, S. (2013). *Cupping Therapy (Al-Hijama): It's Impact on Persistent Non-Specific Lower Back Pain and Client Disability*. *Life Science Journal* , 631.
- Hidayat, A. A. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kneale, J., & Davis, P. (2011). *Keperawatan Ortopedik & Trauma*. Jakarta: EGC.
- Mahmoud HS, El-Naga MA, Omar NA, et al. (2013). *Anatomical Sites for Practicing Wet Cupping Therapy (Al-Hijamah): In Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine*. *Alternative & Integrative Medicine* 2:8
- Nasrat AM, et al. (2015). *Role of Blood-Let Out Cupping Therapy in Female Pelvic Congestion Syndrome*. *General Medicine* S1:3
- _____. (2015). *Therapeutic Effect of Combined Colon Clear and Cupping Therapy on Idiopathic Skin Pathology*. *General Medicine* S1:3
- Purnama, Y. H. (2012). *Efektifitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Dengan Cepalgia Di Rumah Bekam Al-Kahil Tegal Besar Kabupaten Jember*. Skripsi .
- Ridho, A. A. (2012). *Bekam Sinergi*. Solo: Aqwamedika.

- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sharaf, A. R. (2012). *Penyakit dan Terapi Bekamnya* . Surakarta: Thibbia.
- Susiyanto, A. (2013). *Hijama or Oxidant Drainage Therapy (ODT)*. Jakarta: Gema Insani.
- Syaifuddin. (2011). *Anatomi Fisiologi*. Jakarta : EGC.
- Tamsuri, A. (2006). *Konsep & Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC.
- Umar, W. (2008). *Sembuh dengan Satu Titik* . Solo: Al-Qowam.
- Widada, W. (2011). *Terapi Bekam Sebagai Solusi Cerdas Mengatasi Radikal Bebas Akibat Rokok*. Bandung: Lubuk Agung.

