



Penerapan Terapi Bekam Api Pada Pasien Nyeri Punggung Di Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Kota Makassar

Application Of Fire Cupping Therapy In Patients With Back Pain At Zein Holistic Therapy Health House Makassar City

Ince Marni¹, Samsualam², Mardiah³

Universitas Muslim Indonesia

Email: incemarni03@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 18-08-2025

Revised : 20-08-2025

Accepted : 22-08-2025

Published : 24-08-2025

Abstract

This study aims to describe the application of fire cupping therapy in patients with back pain at Zein Holistic Therapy Health House in Makassar City. Cupping has been used therapeutically for thousands of years, with fire cupping involving the use of fire to create a vacuum in a glass cup. This technique helps eliminate wind, dampness, and cold pathogens, aiming to boost immunity, dilate blood vessels, relax muscles, relieve pain, calm the mind, and improve tissue oxygenation. This case study was conducted on one client, Mrs. K, who experienced chronic back pain. The intervention included pain management and fire cupping therapy for 30 minutes. After the intervention, the client's pain scale decreased from 4 NRS to 2 NRS. Fire cupping therapy is recommended to be performed regularly and continuously once a month. The study concludes that the application of fire cupping therapy effectively reduces pain response in patients with back pain.

Keywords: Fire Cupping, LBP, Acute Pain

Asbstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran tentang penerapan terapi bekam api pada pasien nyeri punggung di Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Kota Makassar. Bekam telah digunakan secara terapeutik selama ribuan tahun, dengan teknik bekam api melibatkan penggunaan api untuk menghasilkan ruang hampa di dalam gelas vakum. Melalui panas, bekam api dapat menghilangkan patogen angin, lembap, dan dingin, bertujuan untuk meningkatkan kekebalan tubuh, memperlebar pembuluh darah, membuat otot-otot rileks, menghilangkan rasa sakit atau nyeri, menenangkan diri, dan meningkatkan oksigenasi jaringan. Studi kasus ini dilakukan pada 1 klien, Ny. K, dengan masalah keperawatan nyeri kronis. Intervensi yang diberikan berupa manajemen nyeri dan terapi Bekam Api selama 1x30 menit. Setelah intervensi, klien mengalami penurunan skala nyeri dari 4 NRS ke skala 2 NRS. Terapi bekam api direkomendasikan untuk dilakukan secara teratur dan berkelanjutan sebulan sekali. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi bekam api efektif dalam menurunkan respon nyeri pada pasien nyeri punggung.

Kata Kunci: Bekam Api, LBP, Nyeri Akut

PENDAHULUAN

Bekam telah digunakan secara terapeutik di seluruh dunia selama ribuan tahun, kembali ke era peradaban Mesir kuno. Bekam dapat dibagi menjadi bekam kering dan bekam basah. Bekam kering biasanya dipraktikkan di Timur Jauh, sementara bekam basah lebih disukai di Timur Tengah dan Eropa Timur. Bekam telah digunakan secara historis untuk mengobati banyak penyakit akut



dan kronis, termasuk beberapa kondisi yang menyakitkan, mual, muntah, infeksi saluran kencing, cacat, penyakit pernapasan, dan gangguan rematik (Rahmadi & Biomed, 2019).

Bekam Api (Fire Cupping) adalah teknik membekam menggunakan api sebagai media pemvakum/membekam, dengan gelas khusus bekam api yang terbuat dari kaca tebal. Bekam Api berkembang luas di Cina sebagai teknik pengobatan yang banyak sekali digunakan selain akupunktur. Konsep Tradisional Chinese Medicine (TCM) menyatakan bahwa bekam api digunakan untuk mengeluarkan patogen angin dan dingin. Bagi pasien yang mengalami sindrom panas dan kering (Sindrom Re) tidak dianjurkan menggunakan bekam api. Teknik bekam api melibatkan penggunaan api sebagai sarana untuk menghasilkan ruang hampa di dalam gelas vakum. Melalui panas, bekam api dapat menghilangkan patogen yang terbawa angin, lembap, dan dingin. Tujuan bekam api adalah untuk meningkatkan kekebalan tubuh, memperlebar pembuluh darah, membuat otot-otot rileks, menghilangkan rasa sakit atau nyeri, menenangkan diri, dan meningkatkan oksigenasi jaringan (Anshori, Sunari, Sholeha, et al., 2021).

Pada tahun 2020, nyeri punggung bawah (LBP) mempengaruhi 619 juta orang di seluruh dunia dan diperkirakan jumlah kasus akan meningkat menjadi 843 juta kasus pada tahun 2050, sebagian besar disebabkan oleh pertumbuhan populasi dan penuaan. LBP merupakan penyebab utama kecacatan di seluruh dunia dan kondisi yang membutuhkan rehabilitasi bagi sebagian besar orang. LBP dapat dialami pada usia berapapun, dan kebanyakan orang mengalami LBP setidaknya sekali dalam hidup mereka. Prevalensi meningkat seiring bertambahnya usia hingga 80 tahun, sedangkan jumlah kasus LBP terjadi pada usia 50-55 tahun (WHO, 2025).

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018, prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu sebesar 11,9% dengan besarnya gejala yaitu 24,7%. Sedangkan jumlah penderita nyeri punggung bagian bawah di Indonesia tidak diketahui pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37% (Tiasna & Wahyuningsih, 2023). Di provinsi Sulawesi Selatan angka prevalensi muskuloskeletal pada penduduk umur di atas 15 tahun yaitu 6,39%. Prevalensi penyakit muskuloskeletal untuk buruh mencapai 6,12% (Kemenkes RI 2018). Penelitian Syarlina (2018) melaporkan dari 67 responden yang merasakan nyeri punggung bawah sebanyak 48 orang (72%), dan yang tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah sebanyak 19 orang (28%) pada pengrajin gerabah yang terletak di Lingkungan Sandi Kelurahan Pallantikan Kecamatan Pattallassang Kabupaten Takalar. Penelitian dari Haristiani & Marten (2020), juga menunjukkan bahwa kejadian Low Back Pain yang terjadi pada supir angkot di Terminal Tamalate Malengkeri Kota Makassar sebanyak 59 responden (72.8%) dimana terdapat 55 responden (67.9%) yang mengalami keluhan low back pain, dan 4 responden (4.9%) yang tidak mengalami keluhan low back pain (Syaiq Ibnu Batutah, Mulyadi, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian (Lestari, 2019) menunjukkan bahwa terapi bekam kering secara signifikan mengurangi nyeri punggung bawah pada pengrajin wanci di Desa Bresela Kecamatan Payangan. Data analisis dengan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang berarti pengaruh terapi ini sangat signifikan. Rata-rata skala nyeri sebelum terapi sebesar 3,09 menurun menjadi 1,50 setelah terapi diberikan, menunjukkan adanya penurunan yang berarti dalam tingkat nyeri punggung bawah. Hasil penelitian (Hidayati et al., 2019) menunjukkan bahwa terapi bekam, baik kering dan api maupun basah, efektif dalam



mengurangi berbagai jenis nyeri seperti nyeri punggung bawah, dan nyeri akibat kanker. Studi-studi RCT menunjukkan bahwa efek pengurangan nyeri yang dihasilkan oleh bekam cukup signifikan dan dapat bertahan hingga beberapa minggu setelah pengobatan. Meskipun efektivitasnya tidak konsisten untuk herpes zoster, secara umum bekam dianggap sebagai alternatif yang menjanjikan dalam pengelolaan nyeri dengan efek samping minimal. Namun, mekanisme kerja dan keamanan jangka panjangnya masih perlu diteliti lebih lanjut. Hal ini sejalan dengan penelitian (Afkarina & Isnawati, 2025) menunjukkan bahwa terapi bekam titik Azh-Zhahr secara signifikan menurunkan skala nyeri pada penderita low back pain. Sebelum terapi, rata-rata skala nyeri adalah 7, dan setelah terapi turun menjadi 4,74. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang menegaskan adanya pengaruh positif dan signifikan dari terapi bekam terhadap penurunan nyeri.

Berdasarkan hasil dari peneliti di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada klien dengan masalah nyeri punggung bawah yang dituangkan dalam Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi Bekam Api Pada Pasien Nyeri Punggung Di Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Kota Makassar”.

METODE

Karya ilmiah ini menggunakan metode Studi kasus mengenai bekam api terhadap penurunan rasa nyeri pada pasien dengan nyeri punggung. Penelitian ini dilakukan pada 1 responden dengan kriteria yang mengalami nyeri punggung

HASIL DAN PEMBAHASAN

Evaluasi yang di dapatkan dari tindakan manajemen nyeri adalah berdasarkan hasil subjektif klien mengatakan setelah pemberian bekam api dan sport massage klien merasa lebih rileks dan klien juga mengatakan nyeri berkurang setelah pemberian bekam api.

Pada pengkajian keperawatan yang dilakukan pada hari Senin, 07 April 2025, seorang klien dengan inisial Ny. K, perempuan berusia 24 tahun, pendidikan terakhir D3, mengeluh nyeri punggung. Keluhan utama klien adalah nyeri punggung bawah yang diakibatkan pasca kecelakaan mobil saat usia 9 tahun. Nyeri yang dirasakan sejak SMA dan terasa seperti tertekan dengan frekuensi hilang timbul. Pada kasus ini intervensi yang diberikan pada klien yaitu Manajemen Nyeri, dimana Manajemen nyeri pada klien dengan nyeri pinggul dapat melibatkan pemberian analgetik sesuai dengan kebutuhan dan tingkat keparahan nyeri namun menganjurkan pemberian teknik non farmakologi seperti terapi bekam api dan sport massage lebih aman tanpa melibatkan efek samping.

Menurut Teori Taibah, prosedur bekam hijamah terdiri atas pengekopan pertama, penorehan kulit, dan diikuti oleh pengekopan kedua. Mekanisme kerja efek analgesik bekam pada pengekopan pertama adalah melalui dilusi zat kimia, mediator inflamasi, dan zat nosiseptif. Tekanan negatif kop pada permukaan kulit akan menyebabkan kulit terangkat, peningkatan filtrasi kapiler, dan pengumpulan cairan interstisial. Retensi cairan di dalam kulit yang terangkat akan menyebabkan zat kimia, mediator inflamasi, dan zat nosiseptif menjadi terdilusi sehingga nyeri akan menurun (Mohamed et al., 2023). Bekam api menyebabkan vasodilatasi yaitu pelebaran pembuluh darah melalui mekanisme hisapan dan panas. Saat cangkir dipasang pada kulit dan dipanaskan dengan api, tekanan negatif terbentuk, menarik kulit ke dalam cangkir. Pelebaran



pembuluh darah ini meningkatkan aliran darah ke area tersebut, serta membantu meredakan ketegangan otot dan mengurangi rasa nyeri.

Pada kasus nyeri punggung, terapis menggunakan terapi bekam api karena keluhan yang dikeluhkan hanya nyeri punggung. Pada nyeri punggung, bekam api sering digunakan karena lebih fokus pada pereda nyeri dan peradangan lokal, serta meningkatkan sirkulasi darah. Bekam Api menciptakan efek penghisapan yang memicu stimulasi area tersebut dan meningkatkan aliran darah. Sedangkan Bekam Basah melibatkan pembuangan darah dari tubuh melalui perlukaan kecil pada kulit, bekam basah dapat membantu membersihkan darah dan menghilangkan racun dari tubuh. Namun, dalam kasus nyeri punggung, bekam darah kurang efektif karena nyeri punggung sering disebabkan oleh faktor mekanis seperti ketegangan otot, atau cedera.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Lestari, 2019) yang menunjukkan bahwa terapi bekam kering secara signifikan mengurangi nyeri punggung bawah pada pengerajin wanci di Desa Bresela Kecamatan Payangan. Data analisis dengan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p = 0,000$, yang berarti pengaruh terapi ini sangat signifikan. Rata-rata skala nyeri sebelum terapi sebesar 3,09 menurun menjadi 1,50 setelah terapi diberikan, menunjukkan adanya penurunan yang berarti dalam tingkat nyeri punggung bawah. Sejalan dengan penelitian (Afkarina & Isnawati, 2025) menunjukkan bahwa terapi bekam titik Azh-Zhahr secara signifikan menurunkan skala nyeri pada penderita low back pain. Sebelum terapi, rata-rata skala nyeri adalah 7, dan setelah terapi turun menjadi 4,74. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menegaskan adanya pengaruh positif dan signifikan dari terapi bekam terhadap penurunan nyeri.

Berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan pada klien dengan manajemen nyeri yaitu dilakukan terapi komplementer dalam hal ini yaitu terapi bekam api, setelah dilakukan intervensi selama 1x30 menit skala nyeri yang dirasakan Ny. K mengalami penurunan dimana sebelum diberikan terapi bekam api nyeri yang dirasakan dengan skala 4 NRS dan setelah diberikan terapi bekam api nyeri yang dirasakan menjadi skala 2 NRS.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penerapan Terapi Bekam Api pada pasien nyeri punggung di Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Kota Makassar dapat menurunkan tingkat nyeri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Kota Makassar atas fasilitas dan dukungan yang diberikan selama penelitian ini.

REFERENSI

- Afkarina, S. N., & Isnawati, I. A. (2025). *Pengaruh Terapi Bekam Titik Al Warik Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Penderita Low Back Pain di Klinik Holistik Nursing Therapy Probolinggo Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan , Universitas Hafshawaty Zainul Hasan. April.*
- Angraini, N., Riskika, S., Ayu, N., Sibulo, M., Mardiana, Hamka, Mas'ud, A., Alviana, F., Artifasari, A., & Najman. (2024). *Keperawatan Komplementer.* Rizmedia Pustaka Indonesia.



- Anshori, R. O., Sunari, T. B., & Sholeha, W. (2021). Efektivitas Terapi Bekam Pada Pasien Dengan Nyeri Punggung Bawah : Literatur Review. *Jurnal Mitra Kesehatan (JMK)*, 03(02), 63–69. <https://doi.org/10.47522/jmk.v3i2.54>
- Illahi, M. A. A., Pratiwi, A. D., & H, S. N. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) Pada Pekerja di PLTU NII Tanasa Kendari. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(2), 637–649. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i2.13692>
- Isrofah, Hurai, R., Masroni, Sujati, N. K., Widiyastuti, N. R., Hasanah, U., Mariani, R., Iin Ariyani, Edita Revine Siahaan, Siti Patimah, A. T. N., Daryaswanti, P. I., & Efitra. (2024). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Dasar*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Jamari, N. A. B. (2016). Pusat Pengobatan Bekam Al-Yakin : (Studi Pelaksanaan Pengobatan Penyakit Medis Di Kuantan Pahang Malaysia). *Tesis*, 1–172.
- Laksana, F. (2020). *Efek Dahsyat Bekam Bagi*.
- Lestari, N. Y. (2019). Pengaruh Terapi Bekam Kering Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengerajin Wanci Di Desa Bresela Kecamatan Payangan. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 3(2), 19. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v3i2.1044>
- Ma'mun, A. (2025). *Panduan Kitabiban JMS*. Kramantara JS.
- Mohamed, A. A., Zhang, X., & Jan, Y. K. (2023). Evidence-based and adverse-effects analyses of cupping therapy in musculoskeletal and sports rehabilitation: A systematic and evidence-based review. *Journal of Back and Musculoskeletal Rehabilitation*, 36(1), 3–19. <https://doi.org/10.3233/BMR-210242>
- Rahmadi, A., & Biomed, M. (2019). *Bekam Tinjauan Hadits Dan Ilmiah* (Sodikin (ed.)). Bidang Diklat & Litbang.