



Penerapan Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dengan Keluhan Nyeri Punggung di Klinik Zein Holistik Makassar

Application Of Wet Cupping Therapy Towards Reducing The Scale Of Pain With Back Pain Complaints At Zein Holistic Clinic Makassar

Nurul Fajriah^{1*}, Wa Ode Sri Asnanian², Samsualam³, Eliaty Paturungi⁴

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia Makassar

⁴RSUD Syekh Yusuf, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia Makassar

Email: nurulfajriahfaje25@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 26-09-2025

Revised : 27-09-2025

Accepted : 29-09-2025

Published : 01-10-2025

Abstract

Back pain is pain felt in the back that originates from muscles, nerves, bones, joints or other structures in the spinal area. Therefore, wet cupping therapy is a non-pharmacological therapy that can treat pain, cure stiff neck pain, cure back pain and liver function, reduce pain in low back pain patients. Thus, cupping can theoretically help reduce pain and accelerate muscle recovery. The purpose of this study was to understand how cupping therapy is applied to lower back pain in Mr. S at the Zein Holistic Clinic in Makassar. The method used is a case study, an approach that observes and analyzes a problem or finding in depth. This case study was carried out on Mr. S's client who experienced acute pain. The intervention given was a one-hour wet cupping session to determine the cupping points for back pain in this case the points used were the Azh-zhahr points which are cupping points located on the back or back of the body. The determination of these points is always in pairs left and right, the position is taken about 2 fingers from the outside of the spine, which is done every month. The nursing problem experienced by the patient is acute pain. After receiving wet cupping therapy for 30 minutes, the patient's pain scale decreased. The results obtained were based on objective results, namely: the client appeared calm, the client appeared relaxed, the client did not appear to grimace, and the pain decreased by 2 on the NRS scale. Wet cupping therapy was given to the patient to reduce back pain. With this therapy, the nursing problem was successfully resolved.

Keywords : Lower back pain, LBP (low back pain), Wet cupping therapy

Abstrak

Nyeri punggung adalah nyeri yang dirasakan di bagian punggung yang berasal dari otot, persarafan, tulang, sendi atau struktur lain di daerah tulang belakang maka dari itu dilakukan terapi bekam basah merupakan terapi nonfarmakologis yang dapat mengobati nyeri, menyembuhkan rasa sakit kaku leher, menyembuhkan nyeri pinggang dan fungsi liver, menurunkan nyeri pada pasien low back pain. Dengan demikian, bekam secara teori dapat membantu mengurangi rasa sakit dan mempercepat pemulihan otot. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana terapi bekam diterapkan pada nyeri punggung bawah pada Tn. S di Klinik Zein Holistik Makassar. Metode yang digunakan adalah studi kasus, yaitu pendekatan yang mengamati dan menganalisis suatu masalah atau temuan secara mendalam. Studi kasus ini dilaksanakan pada klien Tn.S yang mengalami nyeri akut. Intervensi yang diberikan adalah sesi bekam basah selama satu jam melakukan penentuan titik bekam pada nyeri punggung dalam hal ini titik yang digunakan adalah titik Azh-zhahr merupakan titik-titik bekam yang berada pada punggung atau bagian belakang tubuh Penentuan titik – titik ini selalu berpasangan kira dan kanan, posisi diambil sekitar 2 jari dari sebelah luar tulang belakang, yang dilakukan setiap bulannya. Masalah keperawatan yang dialami pasien adalah nyeri akut. Setelah menerima terapi bekam basah selama 30 menit, skala nyeri pasien berkurang. hasil yang di dapatkan



berdasarkan hasil objektif yaitu: klien nampak tenang, , klien nampak rileks, klien nampak tidak meringis dan nyeri berkurang dengan skala 2 NRS. Terapi bekam basah diberikan kepada pasien untuk mengurangi nyeri punggung. Dengan pemberian terapi tersebut, masalah keperawatan berhasil teratasi.

Kata Kunci : LBP (*low back pain*), Nyeri punggung bawah, Terapi bekam basah

PENDAHULUAN

Terapi bekam, yang juga dikenal sebagai al-hijamah, adalah cara pengobatan yang digunakan dalam agama Islam. Kata al-hijamah berasal dari kata al-haj, yang artinya "menghisap". Terapi ini memiliki tempat khusus dalam budaya Islam karena dianjurkan oleh Nabi Muhammad SAW. Hijamah, juga dikenal sebagai Terapi Bekam Basah, adalah metode yang digunakan oleh Nabi Muhammad SAW. Orang-orang telah menggunakan pengobatan ini sejak lama, bahkan sejak zaman dahulu (Khoirunnisa, 2025)

Bekam merupakan sebuah metode dengan mengeluarkan darah hasil metabolisme atau darah yang terkontaminasi racun dan oksidan dari tubuh lewat permukaan kulit. Cara ini dianggap lebih aman dibandingkan dengan cara pemberian obat antioksidan atau obat kimia lainnya.(Afkarina & Isnawati, 2025).

Dari penelitian didapatkan bahwa bekam dapat mengeluarkan racun dengan merangsang respon imun, baik secara lokal maupun sistemik. Ini juga dapat menghilangkan asam urat, produk limbah alami dari pencernaan makanan tertentu. Penumpukan asam urat dapat menyebabkan tingginya tingkat keasaman dalam darah dan urin. Bekam juga memiliki efek positif pada sistem limfatik, yang sebagian bertanggung jawab untuk membuang limbah tubuh. Ketika aliran getah bening terganggu, hal itu dapat menyebabkan penumpukan cairan dan mencegah tubuh membuang racun. Terapi bekam dapat membantu meningkatkan aliran getah bening dan mencegah penumpukan cairan. Bukti kemampuan bekam untuk menghilangkan racun sangat menjanjikan, tetapi penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memastikannya (Suharmanto, 2023).

Dari beberapa penelitian Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan nyeri punggung bawah (NPB) sebagai nyeri atau ketidaknyamanan yang terlokalisasi di antara batas kostal dan di atas lipatan gluteus inferior, dengan atau tanpa nyeri tungkai. Nyeri punggung bawah merupakan gejala dan bukan diagnosis. Diperkirakan 65% hingga 80% populasi akan mengalami nyeri punggung bawah selama hidup mereka. Prevalensi nyeri punggung bawah meningkat seiring bertambahnya usia hingga 60-65 tahun, yang kemudian menurun. Nyeri punggung bawah merupakan penyebab utama keterbatasan aktivitas bagi pasien di bawah usia 45 tahun. Lebih banyak wanita yang mengalami nyeri punggung bawah daripada pria (Dixit, 2017).(Tingkat et al., 2021)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) melalui Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan telah menyampaikan informasi mengenai nyeri punggung bawah (NPB) adalah kondisi nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah, antara sudut iga terbawah dan lipat bokong bawah. Nyeri ini dapat bersifat lokal maupun radikuler, dan sering kali disertai dengan penjarangan ke arah tungkai dan kaki. Faktor risiko NPB mencakup usia di atas 30 atau 40 tahun, kurang berolahraga, kelebihan berat badan/obesitas, memiliki penyakit tertentu (seperti keganasan atau radang sendi), serta postur tubuh yang buruk saat mengangkat beban berat atau duduk terlalu lama (Al-bedah et al., 2019).



Hal ini sejalan dengan penelitian (Afkarina & Isnawati, 2025) Terapi bekam basah merupakan terapi nonfarmakologis yang dapat mengobati nyeri, menyembuhkan rasa sakit kaku leher, menyembuhkan nyeri pinggang dan fungsi liver, menurunkan nyeri pada pasien low back pain. Hal ini dikarenakan kuatnya isapan alat bekam basah dapat berperan pada jalur saraf yang mengirim sinyal rasa nyeri sehingga sinyal rasa nyeri semula tidak sampai ke otak atau yang dikenal dengan gate control theory.

Adapun cara untuk melakukan penyedotan dan isapan pada pembuluh darah perifer, Pembuluh darah perifer yang disedot harus sesuai dengan titik-titik bekam yang telah ditentukan untuk menjaga manfaat dari bekam (Helisa et al., 2022). Bekam Titik Al Warik ini bermanfaat untuk masalah mengurangi nyeri punggung bawah, gangguan ginjal, penurunan nyeri pinggan(Sirotujani & Kusbaryanto, 2020)

Berdasarkan pengkajian awal pada Tn.S dengan keluhan dirasakan pada 1 minggu yang lalu berawal dari kejadian salah posisi duduk saat melakukan pekerjaan dikantor terlalu sering duduk dalam waktu yang lama dan melakukan aktivitas mengikat beban berat. Rasa nyeri digambarkan klien pada punggung bawah menjalar ke punggung atas. Pada saat dilakukan pemeriksaan fisik (inspeksi dan palpasi) didapatkan bahwa klien mengalami gangguan muskuloskeletal pada punggung dimana pada saat dilakukan inspeksi pada punggung terlihat tidak ada jejas, sedangkan pada saat dilakukan palpasi tidak terdapat nyeri tekan. Pasien menilai nyeri ini berada pada skala 5 dari 10 berdasarkan Numerical Rating Scale (NRS) terdapat skala nyeri 4, tergolong sedang dan bersifat hilang timbul. Keluhan nyeri berkurang ketika pasien beristirahat. Klien datang pertama kali di klinik pada bulan Oktober karena ingin mencoba pengobatan tanpa medis. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada klien dengan masalah nyeri pinggul yang dituangkan dalam Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dengan Keluhan Nyeri Punggung Di Klinik Zein Holistic Makassar”

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan gambaran tentang penerapan terapi bekam basah terhadap penurunanskala nyeri dengan keluhan nyeri punggung pada Tn.S diklinik zein Holostik Makassar, serta mengetahui pengkajian keperawatan, diagnosis keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi penerapan terapi bekam basah pada Tn.S dengan nyeri punggung.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Studi kasus mengenai bekam basah terhadap penurunan rasa nyeri pada pasien dengan nyeri punngung. Penelitian ini dilakukan pada 1 responden dengan kriteria yang mengalami nyeri punggung pada Tn.S dengan masalah Keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan dengan kondisi musculoskeletal ditandai dengan mengeluh nyeri yang merupakan diagnosa yang terjadi pada pasien. Populasi skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

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



Pada pengkajian keperawatan yang dilakukan hari Selasa tanggal 08 April 2025, seorang klien dengan inisial Tn.S laki laki berusia 38 tahun, pendidikan terakhir S1, datang ke Klinik Zein Holistik dengan keluhan nyeri punggung. Keluhan ini sudah dirasakan pada 1 minggu yang lalu berawal dari kejadian salah posisi duduk saat melakukan pekerjaan di kantor terlalu sering duduk dalam waktu yang lama dan melakukan aktivitas mengangkat beban berat. Rasa nyeri digambarkan klien pada punggung bawah menjalar ke punggung atas. Pada saat dilakukan pemeriksaan fisik (inspeksi dan palpasi) didapatkan bahwa klien mengalami gangguan muskuloskeletal pada punggung dimana pada saat dilakukan inspeksi pada punggung terlihat tidak ada jejas, sedangkan pada saat dilakukan palpasi tidak terdapat nyeri tekan. Pasien menilai nyeri ini berada pada skala 5 dari 10 berdasarkan Numerical Rating Scale (NRS) terdapat skala nyeri 4, tergolong sedang dan bersifat hilang timbul. Keluhan nyeri berkurang ketika pasien beristirahat. Ditemukan diagnosa keperawatan Nyeri akut berhubungan dengan kondisi muskuloskeletal ditandai dengan mengeluh nyeri (D.0077)

Pada kasus ini intervensi yang diberikan pada klien yaitu Manajemen Nyeri, dimana Manajemen nyeri pada klien dengan nyeri punggung bawah, dapat melibatkan pemberian analgetik sesuai dengan kebutuhan dan tingkat keparahan nyeri namun menganjurkan pemberian teknik non farmakologi seperti terapi bekam basah lebih aman tanpa melibatkan efek samping. Setelah dilakukan bekam basah, skala nyeri menurun menjadi 2 yang sebelumnya 4.

Dalam penelitian oleh Ade Sucipto dkk. (2023), bekam terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dan gejala kesemutan pada pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nyeri dengan skala sedang (5,20) dapat menurun menjadi ringan (1,93) setelah tiga kali sesi terapi bekam. Mekanisme kerja terapi bekam diduga terkait dengan pelepasan zat-zat inflamasi seperti substansi P, peningkatan endorfin (opioid endogen tubuh), serta perbaikan sirkulasi darah akibat vakumisasi dan mikropenetrasi kulit (Sucipto et al., 2023).

Berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan pada klien dengan manajemen nyeri yaitu dilakukan terapi komplementer dalam hal ini yaitu terapi bekam basah, setelah dilakukan intervensi selama 1x24 jam skala nyeri yang dirasakan Tn.S mengalami penurunan dimana sebelum diberikan terapi bekam basah nyeri yang dirasakan dengan skala 4 (sedang) dan setelah diberikan terapi bekam basah nyeri yang dirasakan menjadi skala 2 (ringan). Klien juga mengatakan setelah diberikan terapi bekam basah, otot yang mengalami kekakuan menjadi rileks dan terasa hangat. Bekam basah yang diberikan terhadap klien mempunyai sensasi hangat yang berfungsi untuk merileksasikan otot, dan melebarkan pembuluh darah.

KESIMPULAN

Penerapan Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dengan Keluhan Nyeri Punggung Di Klinik Zein Holistic Makassar menunjukkan hasil yang positif. Pengkajian keperawatan mengidentifikasi nyeri akut sebagai masalah utama. Intervensi keperawatan berupa manajemen nyeri dengan terapi bekam basah, berhasil menurunkan skala nyeri dari 4 menjadi 2. Bekam basah terbukti efektif dalam meredakan nyeri punggung memungkinkan klien untuk berjalan lebih mandiri.



UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Klinik Zein Holistic Makassar atas fasilitas dan kesempatan yang diberikan untuk melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- 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.*
- Al-Bedah, A. M. N., Elsubai, I. S., Akhtar, N., Shaban, T., Ali, I. M., Taw, A., Khalil, A. A. H., Khalil, M. K. M., & Saleh, M. (2019). *Journal Of Traditional And Complementary Medicine The Medical Perspective Of Cupping Therapy : Effects And Mechanisms Of Action.* 9, 90–97. <https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2018.03.003>
- Khoirunnisa, H. (2025). *Penerapan Terapi Bekam Api Pada Pasien Dengan Keluhan Nyeri Pinggul Di Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Makassar Application Of Fire Cupping Therapy In Patients With Hip Pain Complaints At Zein Holistic Therapy Health House Makassar.* 15812–15816.
- Lestari. (2021). Pengaruh Terapi Bekam Kering Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengerajin Wanci Di Desa Bresela Kecamatan Payangan. *Keperawatan, Bukittinggi*, 3(2).
- Suharmanto. (2023). Manfaat Terapi Bekam Bagi Kesehatan Tubuh. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(4), 1617–1624.
- Sirotujani, F., & Kusbaryanto, K. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dan Peningkatan Kualitas Tidur Pada Pasien Low Back Pain (Lbp). *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 146–157. <https://doi.org/10.33859/Dksm.V10i1.453>
- Sucipto, A., Rahayu, S., & Iskandar, J. (2023). Pengaruh Bekam Terhadap Penurunan Tanda Dan Gejala Nyeri Dan Kesemutan. *Jurnal Borneo Cendekia*, 7(1), 49–56. <https://journal.stikesborneocendekiamedika.ac.id/index.php/jbc/article/view/408>