



## PENERAPAN TERAPI BEKAM API PADA PASIEN DENGAN NYERI LUTUT DI KLINIK ZEIN HOLISTIC THERAPY KOTA MAKASSAR

### *APPLICATION OF FIRE CUPPING THERAPY ON PATIENTS WITH KNEE PAIN AT ZEIN HOLISTIC THERAPY CLINIC IN MAKASSAR CITY*

Alfira Pratiwi Jafar<sup>1\*</sup>, Wa Ode Sri Asnaniar<sup>2</sup>, Eliaty Paturungi<sup>3</sup>, Nur Ilah Phadila<sup>4</sup>

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia Makassar

Email: [alfirapratiwijafar99@gmail.com](mailto:alfirapratiwijafar99@gmail.com)

#### Article Info

#### Article history :

Received : 28-09-2025

Revised : 29-09-2025

Accepted : 01-10-2025

Published : 03-10-2025

#### Abstract

*Injuries often occur in sports and many people still do not do sports activities correctly. Sports-related injuries are conditions that arise due to excessive movement or accidents, which result in pain, heat, redness, swelling, and impaired function in muscles, tendons, joints, and bones. The purpose of this study is to obtain an overview of the application of Fire Cupping therapy in patients with knee pain at the Zein Holistic Therapy Clinic in Makassar City. With a case study method in patients with knee pain due to injury with Fire Cupping Intervention. Carried out with a holistic nursing approach including assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation. Al-Dzohril Qassim cupping point is based on the sunnah. The pain measurement instrument uses the Numeric Rating Scale. After being given nursing care with pain management interventions, namely the administration of Fire Cupping for 1 x 30 minutes to clients with an assessment resolved because the pain is reduced. There is a decrease in the pain scale from pre-fire cupping scale 5 (moderate) to post-fire cupping scale 3 (mild) so it can be concluded that fire cupping therapy is effective in reducing pain in patients. Conclusion: Based on the Fire Cupping therapy that has been given to clients to reduce the scale of pain caused by muscle spasms, it is able to overcome these nursing problems.*

**Keywords : Fire Cupping; Acute Pain; complementary therapy**

#### Abstrak

Dalam pelaksanaan olahraga sering kali terjadi cedera serta masih banyak masyarakat yang belum melakukan kegiatan olahraga dengan benar. Cedera yang berkaitan dengan olahraga adalah keadaan yang muncul karena gerakan yang berlebihan atau kecelakaan, yang mengakibatkan rasa sakit, panas, kemerahan, pembengkakan, serta gangguan fungsi pada otot, tendon, sendi, dan tulang. Tujuan dari penelitian ini Untuk memperoleh gambaran tentang penerapan terapi Bekam Api Pada Pasien Nyeri Lutut di Klinik Zein Holistik Therapy di Kota Makassar. Dengan metode Studi kasus pada pasien nyeri lutut akibat cedera dengan Intervensi bekam api. Dilakukan dengan pendekatan keperawatan holistik mencakup pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Titik bekam Al-Dzohril Qassim berdasarkan sunnah. Instrumen pengukuran nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale*. Setelah di berikan asuhan keperawatan dengan intervensi manajemen nyeri yaitu pemberian Bekam Api selama 1 x 30 menit pada klien dengan assessment teratasi dikarenakan nyeri berkurang. adanya penurunan skala nyeri dari pre bekam api skala 5 (sedang) post bekam api skala 3 (ringan) sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi bekam api efektif untuk menurunkan nyeri pada pasien. Kesimpulan: Berdasarkan terapi bekam Api yang telah diberikan kepada



klien untuk menurunkan skala nyeri yang diakibatkan oleh spasme otot mampu mengatasi masalah keperawatan tersebut.

**Kata Kunci: Bekam Api; Nyeri Akut; terapi komplementer**

## **PENDAHULUAN**

Dalam berolahraga, banyak orang mengalami cedera karena belum tahu cara melakukan olahraga dengan benar. Beberapa alasan utama mengapa seseorang bisa terluka saat berolahraga adalah karena tidak melakukan pemanasan yang cukup sebelumnya dan tidak memahami jenis olahraga yang cocok dengan kemampuan fisiknya. Cedera yang terjadi saat beraktivitas sehari-hari atau berolahraga dibagi menjadi dua, yaitu cedera ringan dan cedera berat.

Insiden cedera akibat berolahraga di kalangan masyarakat semakin meningkat. Cedera ini bisa mengurangi minat masyarakat dalam berolahraga, bahkan membuat mereka berhenti sepenuhnya dari kegiatan tersebut. Selain itu, cedera olahraga juga membuat pengeluaran untuk kesehatan meningkat. Oleh karena itu, diperlukan tindakan dan kebijakan yang tepat untuk melindungi masyarakat dari risiko cedera (Bakti et al., 2023).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memberikan informasi mengenai jenis dan tempat terjadinya cedera di Indonesia. Di Daerah Istimewa Yogyakarta, luka memar atau lecet adalah jenis cedera yang paling umum dengan persentase 56,1%, disusul oleh luka robek atau terpotong sebesar 19,7%, terkilir 36,1%, luka pada bagian bawah tubuh 64,5%, dan luka pada bagian atas tubuh 33,69%. Berdasarkan tempat terjadinya cedera, sekitar 64% dari kasus terjadi di sekolah (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Gejala yang muncul meliputi rasa sakit, pembengkakan, kejang, memar, kaku, terbatasnya gerakan sendi, serta penurunan kekuatan di sekitar area yang terluka (Pinton, 2022).

Beberapa ahli telah menghubungkan terapi bekam dengan berbagai manfaat kesehatan. Bekam adalah cara pengobatan dengan menggunakan alat berbentuk cup yang menghisap kulit dan jaringan di bawahnya, sehingga membuat darah menggumpal di bawah kulit tanpa ada darah yang keluar. Terapi bekam menyebabkan pembuluh darah kecil di daerah yang dibekam membesar. Hal ini membuat sirkulasi darah di area tersebut lebih baik, sehingga otot-otot yang tegang atau kaku menjadi rileks dan nyeri yang terasa berkurang. Selain itu, bekam juga bisa membantu menyembuhkan berbagai jenis penyakit, seperti sakit sendi, tulang, dan otot (Made et al., 2022).

Terapi bekam adalah cara untuk mengurangi rasa sakit. Jika suatu organ tidak bekerja dengan baik, darah dan cairan lainnya tidak bisa mengalir dengan lancar. Hal ini bisa membuat tubuh merasa tidak nyaman di berbagai bagian. Terapi bekam bisa memperbaiki aliran darah dengan menghubungkan saraf pada kulit dan meningkatkan sirkulasi darah ke area tubuh yang sakit (Suharmanto, 2023)

Ilmuwan bernama Muhammad Amin Syaikhu dari Damaskus melakukan penelitian, seperti yang dilaporkan dalam Zaki (2012:33), Ditemukan bahwa jumlah sel darah putih dalam darah yang digunakan untuk bekam tidak terlalu banyak. Fakta ini membuat para peneliti terkejut. Karena itu,



terapi bekam membantu menjaga sistem imun tetap kuat dan terlindungi. Sel darah merah yang tidak aktif juga bisa dihilangkan melalui proses bekam. Darah memiliki kemampuan menyerap zat besi yang sangat tinggi, yaitu antara 550 hingga 1100. Zat besi ini penting untuk pembentukan darah dan tetap ada dalam tubuh, sehingga darah menjadi lebih kuat. Penumpukan asam laktat adalah salah satu penyebab rasa sakit. Asam laktat serta racun lainnya bisa dikeluarkan dari darah selama sesi terapi bekam kering, sehingga darah menjadi lebih bersih dan rasa sakit berkurang (Hanik et al., 2019).

Berdasarkan pemeriksaan awal, Pasien mengeluhkan rasa sakit yang diakibatkan oleh cedera akibat olahraga atau latihan berulang, yang mengakibatkan akumulasi asam laktat dan rasa nyeri pada lutut kiri yang menjalar ke bagian paha, dengan tingkat rasa sakit skala 5. Rasa nyeri ini sudah dirasakan selama satu minggu terakhir dan muncul seperti rasa tertusuk-tusuk dengan frekuensi yang berubah-ubah. Klien tidak tahu bagaimana cara mengatasi masalah ini, sehingga ia mengunjungi klinik Zein Holistik untuk mencari solusi atas nyerinya. Karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan terapi bekam api pada pasien dengan nyeri lutut. Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Terapi Bekam Api pada pasien Nyeri Lutut di Klinik Zein Holistik Therapy di Kota Makassar”

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan studi kasus dengan model asuhan keperawatan. Lokasi penelitian dilakukan di Klinik Zein Holistic Therapy Makassar. Sampel pada penelitian ini Adalah Ny. A pasien dengan nyeri lutut akibat cedera dengan intervensi bekam api. Dilakukan dengan pendekatan holistic, mencakup pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi. Titik bekam pada penelitian ini adalah Al-Dzohril Qassim berdasarkan sunnah. Instrumen pengukuran nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan pengkajian pada hari rabu tanggal 9 April 2025 pukul 09.00 didapatkan pasien berinisial Ny. A berumur 27 tahun datang ke klinik zein holistic therapy klien mengeluh nyeri pada Lutut akibat sering melakukan latihan fisik berlebihan. Nyeri yang dirasakan dari 3 hari yang lalu secara terus menerus. Klien mengeluh setiap melakukan lari maraton selalu merasakan nyeri pada lutut. Berdasarkan pengkajian nyeri didapatkan PQRST yaitu, P : Nyeri yang dirasakan pada saat beraktivitas berlebihan yaitu pada saat lari, Q : kualitas nyeri yang dirasakan kram dan tertusuk-tusuk, R : Nyeri pada Lutut kanan, S : Skala 5 (nyeri sedang) Wajah klien tampak meringis menahan nyeri, T : Nyeri dapat berlangsung  $\pm$  10 menit, nyeri yang dirasakan hilang timbul, dan datang secara tiba-tiba. Nyeri semakin memberat pada saat melakukan posisi tertentu seperti melipat kaki. Dan pasien mengalami gangguan pada Ekstremitas, Ekstremitas Kanan terlihat bengkak, terdapat nyeri lutut kanan, nyeri juga terjadi pada saat klien mengangkat kakinya dan melipat kaki, kekuatan otot.

Dari hasil anamnesa data pada klien, didapatkan yang paling terpengaruh terlihat pada bagian kaki, pada saat dilakukan pemeriksaan fisik yaitu inspeksi dan palpasi, ditemukan klien mengalami masalah pada sistem muskuloskeletal di kaki bagian kanan. Ketika inspeksi dilakukan



di sekitar lutut, tampak kemerahan dan pembengkakan, sedangkan saat palpasi terasa nyeri saat ditekan di sekitar lutut dan menjalar hingga ke paha klien. Pengukuran kekuatan otot juga dilakukan untuk menilai kapasitas otot klien, dan hasil yang didapat pada anggota tubuh bawah kiri adalah 4.

Selain itu, penulis juga melakukan pemeriksaan terus-menerus mengenai rasa sakit yang dialami klien. Hasilnya, klien mengeluh merasa sakit di lutut karena cedera olahraga. Sakit tersebut terasa di lutut kanan, bersifat nyeri yang terasa seperti tertusuk dan kaku. Skala nyeri mencapai tingkat 5. Nyeri ini muncul sekitar 10 menit, timbul dan lenyap, serta semakin memburuk ketika posisi tertentu dilakukan, seperti melipat kaki. Saat melakukan posisi tersebut, klien terlihat meringis. Dari hasil pemeriksaan tanda-tanda vital, tekanan darah klien adalah 110/74 mmHg, detak jantung 105 kali per menit, frekuensi pernapasan 20 kali per menit, dan suhu tubuh 36,3C.

Berdasarkan informasi tersebut, rasa sakit yang mendadak mungkin disebabkan oleh faktor-faktor fisik yang merusak seperti infeksi, kehilangan bagian tubuh, luka bakar, terpotong, mengangkat sesuatu yang berat, pembedahan, cedera, dan aktivitas fisik yang terlalu banyak. Oleh karena itu, isu utama yang muncul adalah nyeri mendadak yang berhubungan dengan aktivitas fisik yang berlebihan.

Dari analisis data klien, didapatkan 4 data subjektif dan 4 data objektif. Masalah perawatan yang terdeteksi adalah nyeri. Empat data subjektif yang ditemukan mencakup: klien melaporkan nyeri di lutut yang sudah terjadi sejak dua minggu lalu, nyeri semakin parah saat melakukan aktivitas fisik berlebihan atau saat membengkokkan kaki, nyeri dirasakan selama beraktivitas, dengan jenis nyeri berupa kram dan sensasi seperti tertusuk, nyeri terlokalisir di lutut kanan dengan tingkat keparahan 5 (sedang), dan nyeri berlangsung selama 10 menit dengan pola datang dan pergi. Selain itu, klien menyampaikan kesulitan dalam mengangkat kakinya dan merasakan nyeri saat menggerakkan kaki. Klien juga menyatakan bahwa ia sering berlebihan dalam beraktivitas fisik seperti berlatih lari, serta sering mengabaikan rasa sakit yang muncul saat berlatih, dan tidak mengetahui cara untuk mengatasi perasaan kaku pada kakinya. Ada 4 data objektif yang ditemukan pada klien, yaitu: klien terlihat lemah dan tampak menggeram. Selain itu, terdapat kekakuan pada kaki kanan, lututnya bengkak dan merah, kekuatan otot pada kaki kanan berkurang dengan nilai 4, serta klien sering mengabaikan rasa sakit yang dirasakan saat berlatih.

Diagnosa keperawatan yang diangkat yaitu nyeri akut yang disebabkan oleh faktor fisik. Dalam kasus ini, tindakan yang diberikan kepada klien adalah pengelolaan nyeri. Pengelolaan nyeri untuk klien yang mengalami nyeri lutut mencakup pemberian obat penghilang rasa sakit sesuai dengan kebutuhan dan tingkat nyeri yang dirasakan. Namun, disarankan juga untuk menerapkan teknik nonfarmakologi seperti terapi bekam dan massage olahraga karena lebih aman dan tidak menimbulkan efek samping.

Dalam kasus ini, tindakan yang dilakukan adalah mengelola nyeri dengan mengidentifikasi berbagai karakteristik nyeri seperti durasi, frekuensi, kualitas, dan tingkat intensitasnya. Hasil pengecekan menunjukkan bahwa nyeri yang dirasakan klien yaitu berfokus pada lutut dan



menyebarkan ke paha. Nyeri ini muncul dan hilang dengan frekuensi yang ringan serta memiliki skala 5 yang menunjukkan bahwa nyeri berada pada tingkat sedang. Selanjutnya, dilakukan identifikasi skala nyeri dan hasilnya adalah skala 5. Dalam hal ini, juga diidentifikasi faktor-faktor yang dapat memperparah dan memperingan nyeri. Hasilnya, nyeri semakin berat ketika pasien melakukan aktivitas fisik seperti lari atau berada dalam posisi tertentu, seperti saat melipat kaki. Selain itu, dilakukan identifikasi mengenai pengetahuan dan keyakinan klien terhadap nyeri, dan hasilnya klien mampu menjelaskan nyeri yang dialaminya. Terakhir, dilakukan pemantauan efektivitas terapi tambahan yang telah diberikan dalam kasus ini.

Terapi yang dilakukan adalah terapi bekam api; hasilnya klien merasa lebih tenang dan rasa sakit yang dirasakan menurun hingga ke level ringan, yaitu skala 3. Sebagai pendekatan non-obat untuk mengurangi ketidaknyamanan, klien menerima terapi pijat olahraga, dan hasilnya klien merasa lebih baik setelah diberikan pijat serta nyeri juga berkurang. Lingkungan yang bisa memperparah nyeri dikontrol dengan memberikan ruangan khusus agar klien merasa nyaman. Klien juga diberi waktu untuk beristirahat dan tidur selama proses pembekaman dan massage olahraga dilakukan. Klien diberi penjelasan mengenai penyebab, masa, dan faktor penyebab nyeri, sehingga klien memahami informasi yang diberikan oleh terapis. Terapis juga menjelaskan cara mengatasi nyeri, yaitu dengan teknik pengalihan perhatian dan teknik pereda nyeri, serta klien mampu memahami penjelasan tersebut. Terapis menganjurkan klien untuk memantau nyeri sendiri, dan klien memahami arahan tersebut. Teknik yang tidak menggunakan obat adalah mendengarkan musik atau menonton animasi yang disenangi oleh klien.

Tabel 1. Hasil Pemberian Terapi Bekam

Terapi Bekam		
Skala Nyeri	Sebelum diberikan terapi	Sesudah diberikan terapi
	5 (Nyeri Sedang)	3 (Nyeri Ringan)

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Simatupang (2016) Cedera yang disebabkan oleh olahraga merupakan keadaan yang muncul akibat gerakan yang terlalu banyak atau karena kecelakaan, yang mengakibatkan rasa nyeri, sensasi hangat, perubahan warna, pembesaran, serta fungsi tubuh yang tidak normal pada otot, tendon, ligamen, sendi, atau tulang.

Diagnosa pada penelitian ini adalah nyeri akut. berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan terhadap klien dalam pengelolaan nyeri, yaitu dengan memberikan terapi tambahan berupa terapi bekam api. Setelah terapi tersebut diberikan selama 1x24 jam, skala nyeri yang dirasakan oleh Ny. A mengalami penurunan. Sebelum terapi bekam api diberikan, nyeri yang dirasakan memiliki skala 5 (sedang), namun setelah terapi selesai, nyeri berkurang menjadi skala 3 (ringan). Klien juga menyatakan bahwa setelah menerima terapi bekam api, otot yang sebelumnya kaku menjadi rileks dan terasa hangat. Terapi bekam api yang diberikan memberikan sensasi hangat yang berfungsi untuk melembutkan otot serta melebarkan pembuluh darah. Titik bekam yang digunakan dalam penelitian ini adalah titik Al-Dzohril Qassim Titik 8, atau titik betis, yang membantu mengatasi



masalah seperti asam urat, kelelahan, nyeri, dan stroke. Titik ini dapat ditemukan di bagian betis kiri dan kanan.

Terapi bekam bisa menyebabkan pembuluh darah kecil di area yang dibekam membesar. Hal ini membantu meningkatkan aliran darah pada area tersebut, sehingga melancarkan proses sirkulasi mikro dan membuat otot-otot yang tegang atau mengalami spasme menjadi rileks, serta mengurangi rasa sakit. Selain itu, bekam juga dapat membantu mengobati berbagai jenis penyakit, seperti nyeri pada sendi, tulang, dan otot (Made et al., 2022).

Ini sesuai dengan penelitian (Najafy, Mohammadi et al., 2023) yang menyebutkan bahwa cupping kering atau api bisa meningkatkan aliran udara ke area di mana cangkir ditempatkan. Metode ini mampu mengurangi ketegangan otot, yang berdampak pada peningkatan aliran darah secara keseluruhan, serta mendukung pemulihan sel secara tidak langsung. Terapi cupping api juga ikut membantu dalam pembentukan jaringan ikat baru dan membentuk pembuluh darah baru di dalam jaringan.

Bekam api atau bekam kering bisa membantu melembutkan otot yang kaku karena lelah, terutama jika pemijatan tidak cukup efektif. Terapi ini bisa memicu efek relaksasi. Efek relaksasi ini terjadi ketika bekam dilakukan di area yang terkena otot kram. (Nasrallah, 2022).

## **KESIMPULAN**

Dari hasil diskusi mengenai implementasi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terapi bekam api efektif dalam mengurangi skala nyeri pada Ny. A yang mengalami keluhan nyeri lutut. Terapi ini dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan untuk meredakan nyeri. Tindakan ini mampu mengurangi intensitas skala nyeri melalui pelaksanaan terapi bekam api, sehingga mengurangi rasa sakit pada lutut yang disebabkan oleh cedera saat berolahraga. Langkah yang diambil dalam pelaksanaan ini adalah salah satu metode non-obat, yaitu terapi bekam api untuk Ny. A yang mengalami rasa sakit di lutut karena cedera saat berolahraga. Setelah penerapan pada Ny. A, terlihat adanya penurunan dalam tingkat rasa sakit, dari awalnya skala 5 (nyeri sedang) menjadi skala 3 (nyeri ringan).

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

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

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anshori, R. O. , Sunari, T. B. , dan Sholeha, W. (2021). Efektivitas Terapi Bekam Pada Pasien Dengan Nyeri Punggung Bawah: Tinjauan Literatur. *Jurnal Mitra Kesehatan (JMK)*, 03(02), 63–69. <https://doi.org/10.47522/jmk.v3i2.54>
- Ayman A Mohamed, Xueyan Zhang, Y. -K. J. (2023). Analisis berbasis bukti dan efek samping dari terapi bekam dalam rehabilitasi muskuloskeletal dan olahraga: Tinjauan sistematis dan berbasis bukti. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35848010>



- Baharia, M. N. (2022). Modul Terapi Bekam dan Penerapannya dalam Keperawatan. Juara: Jurnal Olahraga, Desember.
- Desak, P. Sastra Firsia Made, Yenny, A. , dan Krishnanda, Dewi Sintya. (2022). Uraian tentang Manfaat Terapi Bekam Kering untuk Mengurangi Nyeri Lutut pada Penderita Osteoarthritis di Praktik Mandiri Perawat Latu Usadha. *Jurnal Medika Usada*, 5, 18–26.
- Endah, N. , dan Andri, S. P. (2022). Dampak Terapi Bekam Kering terhadap Gangguan Muskuloskeletal di Leher dan Bahu. *Jurnal Borneo Student*, 3(3).
- Putri, M. E. (2020). Terapi komplementer sensory therapies movement untuk mengurangi nyeri: Literature review. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15(1), 17–27.
- Suharmanto. (2023). Manfaat Terapi Bekam Bagi Kesehatan Tubuh. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(November), 1617–1624.
- Sumartiningsih, S. (2012). Cedera Keseleo pada Pergelangan Kaki (Ankle Sprains). *MediaIlmuKeolahragaanIndonesia*, 2(1)<https://doi.org/10.15294/miki.v2i1.2556>