



## **Penerapan pemberian Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Kualitas Nyeri Punggung Di Klinik Zein Holistic Therapy Makassar**

### ***The Implementation Of Wet Cupping Therapy for Reducing Back Pain Intensity at Zein Holistic Therapy Clinic Makassar***

**Kiki Angreini Jusman<sup>1\*</sup>, Sunarti<sup>2</sup>, Nur Ilah Padhila<sup>3</sup>, Mardiah<sup>4</sup>**

Universitas Muslim Indonesia Makassar

Email: kikyayangreini@gmail.com

#### **Article Info**

##### Article history :

Received : 13-10-2025

Revised : 15-10-2025

Accepted : 17-10-2025

Published : 19-10-2025

#### **Abstract**

*Back pain is pain or stiffness that can occur along the spine, from the neck to the tailbone. Back pain is usually caused by disorders of the spine or surrounding tissues, such as muscles, blood vessels, or nerves. There are many ways to reduce discomfort and pain, ranging from taking analgesics, distraction and relaxation techniques, to holistic treatments. There are several empty points that researchers have done on patients, namely eleven points on the patient's back. The benefit of cupping is to eliminate substances that cause discomfort such as histamine and bradykinin that come from inflammation or tissue death. This final scientific paper for nurses is a case study method for Mrs. R as a subject suffering from back pain, using a numeric (NRS) to assess the subject's pain level after the intervention. The results of nursing care with pain management interventions, namely the administration of dry cupping for 1x40 minutes to clients with pain assessments resolved because the pain decreased from a scale of 5 to a scale of 3. As for several other bleeding diagnoses, namely acute pain and anxiety were found. Recommendations for the use of cupping therapy as part of holistic maintenance for patients with complaints of back pain. The conclusion based on the cupping therapy that was given to Mrs. R to reduce the pain caused by muscle spasms, cupping was able to overcome the problems experienced by the client.*

**Keywords : Wet cupping, Back pain, Complementary medicine**

#### **Abstrak**

Nyeri punggung merupakan sakit atau kaku yang bisa terjadi di sepanjang tulang belakang, mulai dari leher hingga tulang ekor. Nyeri punggung biasanya dikarenakan gangguan pada tulang belakang atau jaringan disekitarnya, seperti otot, pembuluh darah atau saraf. Ada banyak cara untuk mengurangi ketidaknyamanan dan nyeri, mulai dari mengonsumsi analgesic, teknik distraksi dan relaksasi, hingga asuhan keperawatan holistic. Terdapat beberapa titik bekam yang dilakukan oleh peneliti pada pasien yaitu sebelas titik di punggung pasien. Manfaat dari bekam adalah menghilangkan zat-zat yang menyebabkan rasa tidak nyaman seperti histamin dan bradikinin yang berasal dari peradangan atau kematian jaringan. Karya ilmiah akhir ini merupakan metode studi kasus terhadap Ny.R sebagai subjek yang menderita nyeri punggung, dengan menggunakan numerik (NRS) untuk menilai tingkat nyeri subjek sesudah intervensi. Hasil asuhan keperawatan dengan intervensi manajemen nyeri yaitu pemberian bekam kering selama 1x40 menit pada klien dengan assessment nyeri teratasi dikarenakan nyeri berkurang dari skala 5 menjadi skala 3 adapun beberapa diagnosa keperawatan lainnya yang ditemukan yaitu nyeri akut dan ansietas. Rekomendasi pemanfaatan terapi bekam sebagai bagian dari asuhan keperawatan holistik bagi pasien dengan keluhan nyeri punggung. Kesimpulan berdasarkan pemberian terapi bekam yang sudah diberikan kepada Ny.R untuk menurunkan rasa nyeri yang di akibatkan oleh spasme otot bekam mampu mengatasi masalah yang dialami oleh klien tersebut.

**Kata Kunci : Bekam basah, Nyeri punggung, Pengobatan komplementer**



## PENDAHULUAN

Nyeri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang melibatkan bahaya nyata dan kerusakan pada jaringan tubuh. Nyeri adalah sensasi subjektif. Persepsi nyeri adalah proses dimana rangsangan nyeri ditransmisikan dari tempat asalnya ke sistem saraf pusat. Nyeri merupakan suatu kondisi yang membuat individu merasa tidak nyaman bahkan dapat mengancam rasa aman dan hidupnya. Perasaan sakit yang dirasakan seseorang berbeda-beda pada setiap orang. Tenaga kesehatan harus dapat mengetahui tingkat nyeri atau beratnya nyeri yang dialami pasien (Rejeki, 2020).

Nyeri punggung sering dirasakan di area lumbosacral (Arummega, Rahmawati, & Meiranny, 2022). Sakit punggung merupakan rasa nyeri atau kaku yang dapat terjadi di sepanjang tulang belakang, mulai dari leher hingga tulang ekor. Sakit punggung biasanya disebabkan oleh gangguan pada tulang belakang atau jaringan di sekitarnya, seperti otot, pembuluh darah, atau saraf (Anshori, Sunari, Sholeha, & Rohayati, 2021).

Dalam keperawatan, nyeri didefinisikan sebagai apa pun yang dikatakan oleh individu sebagai nyeri, yang terjadi kapan pun individu tersebut menyatakannya. Definisi ini menekankan sifat subjektif dari nyeri, di mana persepsi dan pengalaman tiap individu terhadap nyeri dapat berbeda, dan validasi pengalaman tersebut sepenuhnya bergantung pada laporan orang yang mengalaminya (Dewi, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, sekitar 619 juta orang di seluruh dunia dan di perkirakan jumlah kasus akan meningkat menjadi 843 juta kasus pada tahun 2050. Menurut statistik dari Amerika Serikat, 15-20% orang menderita sakit punggung setiap tahunnya. Berdasarkan Riskesdas 2018, prevalensi gangguan muskuloskeletal di Indonesia mencapai 11,9%, dengan keluhan nyeri punggung sebesar 24,7% (Alifia et al., 2023). Meski jumlah pasti kasus nyeri punggung bawah akibat pekerjaan belum diketahui, estimasinya berkisar antara 7,6% hingga 37% (Anggraika et al., 2019). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, nyeri punggung bawah termasuk 10 besar keluhan pasien rawat jalan pada 2018, dengan 3.276 kasus, terdiri dari 1.695 laki-laki dan 1.581 perempuan (Safruddin et al., 2023).

Ada banyak cara untuk mengurangi ketidaknyamanan dan nyeri, mulai dari mengonsumsi obat pereda nyeri, teknik distraksi dan relaksasi, hingga perawatan holistik. Bekam dipilih sebagai asuhan keperawatan holistik. Bekam merupakan pengobatan tradisional yang prinsipnya menghisap, melukai, dan mengambil darah dari suatu daerah tertentu untuk menyembuhkan penyakit (Latifin, 2021). Terapi bekam dapat digunakan untuk berbagai kondisi medis, karena bekam dianggap sangat efektif sebagai metode pencegahan dan terapi. Bekam bertanggung jawab untuk menghilangkan prostaglandin, yang diproduksi selama peradangan sel. Prostaglandin adalah zat yang mengirimkan sinyal rasa sakit ke otak. Selain itu, bekam dapat merangsang pelepasan hormon endorfin dan otak yang berfungsi mengurangi kepekaan terhadap rasa sakit (Latifin, 2021).

## METODE PENELITIAN

Desain ini digunakan dalam penyusunan karya tulis klinik ilmiah keperawatan ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang berbasis pada penatalaksanaan terapi bekam pada pasien nyeri punggung. Penelitian ini dilakukan di klinik zien holistic therapy makassar. Penelitian ini melibatkan satu partisipan yaitu pasien nyeri punggung yang dipilih secara purposive. Instrumen utama yang digunakan adalah Numeric Rating Scale (NRS) untuk menilai tingkat nyeri



punggung sebelum dan sesudah terapi. Data pendukung dikumpulkan melalui pengkajian keperawatan, observasi pasien dan pencatatan tanda-tanda vital.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam penelitian ini didapatkan skala nyeri Ny.R yang skala nyeri 5 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan). Dimana nyeri berkurang. Pasien tampak rileks.

Penurunan skala nyeri ini disebabkan oleh efek terapi bekam yang bisa memperbaiki peredaran darah yang terbelat karena terdapat penyempitan pembuluh darah penyebab rasa sakit. Searah dengan konsep, terapi bekam kering mempunyai manfaat kesehatan yang melimpah untuk tubuh, termasuk meredakan nyeri akut dan kronis. Rasa sakit disebabkan oleh ketidakseimbangan aliran darah dalam tubuh, mengurangi rasa sakit, dan menyembuhkan penyakit yang di derita (Lestari, Lasmadasari, Indaryani, & Kurniawan, 2022).

Terapi bekam merupakan pengobatan non farmakologis yang digunakan untuk mengatasi berbagai kondisi medis. Hal ini juga telah terbukti efektif pada Ny. R, merasakan nyerinya hilang yakni dari skala nyeri 5 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 3 (nyeri ringan), setelah pengobatan bekam karena mekanisme dasar bekam sangat baik, baik dalam proses regenerasi sel maupun nutrisi yang tepat pada setiap organ melalui proses vasodilatasi dalam darah telah berkurang. Efek dari bekam itu sendiri melepaskan oksida nitrat, endorfin, dan enkefalin yang mengurangi sensitivitas nyeri dan menghilangkan kelebihan prostaglandin dari tubuh.

Sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh (Irawan, Subekti, Sari, & Fahrudiana) menunjukkan ada pengaruh terapi bekam basah terhadap nyeri punggung bawah dengan p-value 0,000 atau p-value <0,05. Yang maknanya terdapat pengaruh terapi bekam basah terhadap nyeri punggung bawah pada pekerja kuli panggul pasar Di Desa Pulung Kencana. Sejalan juga dengan penelitian yang dilaksanakan (Lestari & Sastrawan, 2019) menunjukkan ada pengaruh terapi bekam kering terhadap keluhan nyeri punggung bawah dengan p-value 0,000 atau p-value <0,05. Yang maknanya terapi bekam kering yang dilakukan berpengaruh terhadap keluhan nyeri punggung bawah.

Sejalan juga dengan penelitian yang dilaksanakan oleh (Putri & Hasina, 2020) menyatakan kelompok terapi bekam hampir semuanya (93,3%) sebelum dilakukan bekam menderita nyeri sedang, dan setelah dilakukan bekam hampir semuanya (86,7%) menjadi nyeri ringan. Berlandaskan uji statistic dengan Wilcoxon signed rank test diperoleh  $p = 0,002$  pada kelompok terapi bekam, yang artinya ada pengaruh terapi bekam terhadap tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberi perlakuan bekam

## **Keterbatasan**

Keterbatasan dalam studi kasus ini ialah peneliti hanya melakukan terapi bekam basah hanya satu klien sehingga sulit untuk mengetahui keefektifan terapi bekam basah terhadap klien yang lain dengan keluhan yang sama. Dan waktu yang digunakan peneliti juga terbatas yaitu hanya satu hari.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penerapan terapi bekam basah pada Ny. R yang mengalami nyeri punggung di Klinik Zein Holistic Therapy Makassar, dapat disimpulkan bahwa proses pengkajian



dilakukan secara holistik dan diagnosa keperawatan yang ditegakkan adalah nyeri akut. Perencanaan intervensi difokuskan pada manajemen nyeri dengan terapi bekam basah. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari 5 (nyeri sedang) menjadi 3 (nyeri ringan). Dengan demikian, terapi bekam basah terbukti efektif dalam menurunkan nyeri punggung dan dapat digunakan sebagai intervensi komplementer dalam asuhan keperawatan.

## REFERENSI

- Anshori, R. O., Sunari, T. B., Sholeha, W., & Rohayati, R. (2021). Efektivitas Terapi Bekam Pada Pasien Dengan Nyeri Punggung Bawah: Literatur Review. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 3(2), 63-69.
- Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review. *Ilmiah Kebidana*, 9(1), 14-30
- Irawan, B. B., Subekti, R. T., Sari, R., & Fahrudiana, F. (n.d.). Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Nyeri Punggung Bawah.
- Latifin, K. (2021). A Literature Review : Efektivitas Bekam Terhadap Penurunan Gangguan Rasa Nyaman Nyeri. *Nasional Keperawatan*, 89-93.
- Lestari, N. K., & Sastrawan, N. E. (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), 1-8.
- Lestari, P., Lasmadasari, N., Indaryani, & Kurniawan, Y. (2022). Asuhan Keperawatan Pemberian Terapi Bekam Kering Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 37-40,1(4).
- Putri, R. A., & Hasina, S. N. (2020). Perbedaan Terapi Bekam Dan Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Punggung Bawah Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 33-40, 12(1)
- Rejeki, S. (2020). *Manajemen Nyeri Dalam Proses Persalinan*. Semarang: Unimus Press.