

**A LITERATURE REVIEW: EFEKTIFITAS BEKAM TERHADAP PENURUNAN GANGGUAN RASA NYAMAN NYERI**

**A LITERATURE REVIEW: THE EFFECTIVENESS OF CUPPING TO REDUCE THE DISORDERS OF COMFORT PAIN**

**Khoirul Latifin**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

**E-mail:** khoirullatifin@fk.unsri.ac.id

**Abstrak**

Banyak ditemukan pasien yang sedang sakit mempunyai keluhan gangguan rasa nyaman nyeri. Setiap individu memiliki respon nyeri yang berbeda-beda. Nyeri merupakan suatu fenomena fisiologi yang sering terjadi dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Pasien dengan keluhan gangguan rasa nyaman nyeri akan mengganggu proses dari penyembuhan penyakit. Bekam telah banyak dilakukan diberbagai negara sebagai terapi pilihan pasien dengan berbagai keluhan. Banyak penelitian yang berhubungan dengan pengaruh bekam terhadap berbagai macam penyakit yang dialami oleh pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas dari terapi bekam terhadap gangguan rasa nyaman nyeri. Sumber artikel yang digunakan didapat dari pencarian melalui *Googel Scholar, Ebscho, Pro Quest, IEEE Open Access, Intech Open dan Springr Link*. Pencarian ini dibatasi untuk jurnal mulai tahun 2011 sampai dengan tahun 2020. Setelah didapatkan, kemudian dilakukan penilaian artikel sampai tahap pembuatan *Literatur review*. Review ini menghasilkan efektifitas dari Keperawatan Komplementer Bekam terhadap penurunan gangguan rasa nyaman nyeri. Bekam terhadap gangguan rasa nyeri ternyata berpengaruh secara signifikan untuk menurunkan rasa nyeri pada pasien.

**Kata Kunci:** Nyeri, Bekam

**Abstract**

*Many patients who are sick have complaints of discomfort and pain. Every individual has a different pain response. Pain is a physiological phenomenon that often occurs and interferes with daily activities. Patients with complaints of discomfort, pain will interfere with the process of healing the disease. Cupping has been widely used in various countries as the therapy of choice for patients with various complaints. Many studies related to the effect of cupping on various diseases experienced by patients. This study aims to determine the effectiveness of cupping therapy against discomfort and pain disorders. The sources of the articles used were obtained from searches through Google Scholar, Ebscho, Pro Quest, IEEE Open Access, Intech Open and Springr Link. This search is limited to journals starting from 2011 to 2020. Once obtained, the articles are then assessed until the stage of making a Literature review. This review resulted in the effectiveness of Cupping Complementary Nursing in reducing pain discomfort. Cupping on pain disorders turned out to have a significant effect on reducing pain in patients.*

**Keywords:** Pain, Cupping

**PENDAHULUAN**

Nyeri merupakan keluhan yang sering terjadi pada pasien saat sedang sakit. Banyak ditemukan pasien yang sedang dirawat mengeluhkan gangguan rasa nyaman nyeri, baik nyeri akut maupu nyeri kronis. Nyeri merupakan perasaan tidak nyaman atau sensasi ketidaknyamanan yang dirasakan oleh tubuh. Gangguan rasa nyaman nyeri merupakan suatu fenomena fisiologi yang sering terjadi dan mengganggu aktivitas dari

individu yang mengalami nyeri. Nyeri dapat menghambat proses penyembuhan pada penyakit. Nyeri juga merupakan sebagai tanda atau sinyal untuk individu, bahwa tubuhnya sedang ada masalah. Nyeri memiliki sisi yang positif bagi pasien, karena dapat memberikan tanda adanya masalah dan merupakan suatu mekanisme untuk mencegah keruska yang lebih jauh dan menjadi pendorong pada proses penyembuhan.

Respon nyeri pada setiap individu memiliki rasa yang berbeda satu sama lain, sesuai dengan ketahanan dan pengalaman terhadap nyeri yang dialaminya<sup>1</sup>. Nyeri bisa terjadi pada setiap penyakit yang dialami oleh pasien, salah satunya terjadinya nyeri punggung pada lansia diatas 55 tahun yaitu sejumlah 11,9% dan berdasarkan gejala yang pernah terjadi yaitu 24,7%. Penyakit pada sistem muskuloskeletal umum ditemukan 30% - 50% setiap orang mengalami nyeri<sup>1</sup>. Pada penelitian lain ditemukan nyeri punggung 96,4% pada pekerja pengangkut barang di pertokoan<sup>3</sup>. Nyeri juga bisa terjadi pada pekerja di perusahaan dengan persentase 19,7% dari 239 pekerja<sup>4</sup>.

Nyeri dapat terjadi didasari oleh suatu proses multipel yaitu nosisepsi, sentisasi perifer, perubahan fenotip, sensitisasi sentral, eksitabilitas ektopik, reorganisasi struktural dan penurunan inhibisi. Antara stimulus cedera jaringan dan pengalaman individu nyeri terdapat empat proses yaitu: transduksi sebagai penerjemahan stimulus pada jaringan, transmisi sebagai proses penyaluran impuls ke kornu dorsalis medula spinalis sampai ke otak, modulasi sebagai proses amplifikasi sinyal neural terkait nyeri dan persepsi merupakan kesadaran dan pengalaman individu terhadap nyeri.

Banyak berbagai cara untuk menurunkan gangguan rasa nyaman nyeri, mulai dari pemberian obat analgesik, terapi distraksi dan relaksasi, dan keperawatan komplementer. Keperawatan komplementer yang dipilih adalah bekam (*cupping*), bekam merupakan sebuah metode pengobatan tradisional yang memiliki prinsip kerja vakumisasi, perlukaan dan penyedotan darah di area tertentu sehingga dapat menyembuhkan penyakit<sup>5</sup>. Bekam diberikan sebagai upaya preventif dan kuratif yang dinilai sangat efektif, sehingga terapi bekam bisa diberikan untuk berbagai kasus kesehatan<sup>6</sup>. Bekam berperan untuk mengeluarkan zat prostaglandin yang terbentuk akibat peradangan sel. Prostaglandin merupakan zat yang berfungsi mengirimkan sinyal rasa nyeri ke otak,

selain itu bekam juga menstimulasi pelepasan endorfin dan enkefalin yang berperan mengurangi kepekaan (sensitivitas) terhadap nyeri<sup>7</sup>.

## METODE

Metode yang digunakan dalam *Literature review* ini diawali dengan pemilihan topik, kemudian ditentukan *keyword* untuk pencarian jurnal menggunakan bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia melalui *Googel Scholar, Ebsco, Pro Quest, IEEE Open Access, Intech Open dan Springr Link*. Pencarian ini dibatasi untuk jurnal mulai tahun 2011 sampai dengan tahun 2020. *Keyword* Bahasa Inggris yang digunakan adalah “*Cupping and Pain*” dan dalam bahasa Indonesia menggunakan kata kunci “Bekam dan Nyeri”.

Jurnal dipilih untuk dilakukan *review* berdasarkan studi yang sesuai dengan kriteria inklusi dalam *Literature Review* ini adalah penggunaan Bekam terhadap penurunan nyeri. Pencarian dengan *keyword* diatas ditemukan 17 jurnal. Dari seluruh jurnal yang didapat yang sesuai dengan tema adalah 5 artikel. Lima artikel tersebut kemudian di cermati dan dilakukan *Critical Appraisal*.

## HASIL REVIEW

*Literature review* ini menelaah 5 artikel Quasi Eksperimen, kelima jurnal menggunakan pendekatan *randomized control trial*. Semua artikel tentang intervensi pemberian bekam terhadap penurunan nyeri. Penelitian pertama yang dilakukan menjelaskan secara jelas pengaruh pemberian bekam terhadap penurunan gangguan rasa nyaman nyeri. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah 32 responden (21 mendapatkan bekam basah dan 11 responden sebagai kelompok kontrol). Responden diambil dari pusat penelitian di Institut korea tanpa memperhatikan penyebab dari nyeri seperti *radicular syndrome*, infeksi dan kanker. Responden mendapatkan pemberian bekam

basah sebanyak 3 kali dalam seminggu selama 2 minggu.

Hasil yang didapat dari penelitian ini adanya penurunan nyeri dengan tingkat signifikansi nilai  $p=0,01$ . Tetapi hasil dari uji kedua kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol tidak memiliki perbedaan dengan nilai  $p=0,14$ . Walaupun di antara kedua kelompok tidak memiliki perbedaan, tetapi pemberian intervensi bekam dapat menurunkan gangguan rasa nyaman nyeri pada pasien<sup>8</sup>.

Penelitian yang kedua, menjelaskan tentang pengaruh pemberian bekam kering sebanyak 5 kali terhadap gangguan rasa nyaman nyeri. Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah 50 pasien, dengan rentang usia 18 sampai 75 dan memiliki keluhan nyeri pada leher dengan kualitas nyeri 40 mm sampai 100 mm berdasarkan *Visual Ana Logue Scale* (VAS). Responden yang dipilih memiliki keluhan yang spesifik yaitu nyeri pada leher. Bekam kering dilakukan selama 10-20 menit tergantung pada tingkat kemerahan pada bekas bekamnya, antara berwarna kemerahan sampai dengan pink kehitaman. Pemberian bekam dilakukan berjarak 3 sampai 4 hari sampai per respondennya mendapatkan perlakuan sebanyak lima kali.

Hasil dari penelitian ini adalah responden yang mendapatkan bekam kering mengalami penurunan gangguan rasa nyaman nyeri dibandingkan dengan kelompok kontrol dengan nilai signifikansi pada nyeri istirahat  $p=0,00002$  dan nilai pada nyeri aktivitas  $p=0,01$ . Kesimpulan yang bisa diambil adalah pemberian bekam kering sebanyak lima kali dapat menurunkan rasa nyeri secara efektif<sup>9</sup>.

Penelitian ketiga, menjelaskan tentang pemberian bekam kering terhadap nyeri pada punggung. Responden yang dipilih adalah 110 pasien. Responden dengan perlakuan pemberian pijatan bekam dan parasetamol berjumlah 37 pasien, pemberian bekam kering dan parasetamol berjumlah 36 pasien

dan kelompok kontrol hanya dengan pemberian parasetamol berjumlah 37 pasien. Pengukuran nyeri pasien menggunakan instrument Visual Analogue Scale (VAS) setelah empat minggu, pengukuran dilakukan kembali setelah dua belas minggu.

Hasil dari penelitian ini adalah didapatkan setelah empat minggu terdapat perbedaan antara pijatan bekam dengan kelompok kontrol dengan nilai signifikansi  $p < 0,001$  dan bekam kering dengan kelompok kontrol didapatkan nilai  $p=0,001$ . Setelah 12 minggu diberikan perlakuan didapatkan kelompok pijat bekam dengan kelompok kontrol yaitu nilai  $p=0,014$  dan bekam kering dengan kelompok kontrol adalah  $p=0,059$ . Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi pengobatan jika di kolaborasikan dengan bekam akan mendapatkan hasil yang lebih baik dibandingkan dengan hanya diberikan terapi satu obat saja<sup>10</sup>.

Penelitian keempat, menjelaskan tentang perbedaan pemberian bekam dan kompres hangat terhadap tingkat nyeri punggung bawah pada lansia. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anggota Posyandu lansia di RW V Tambak Sawah. Responden pada penelitian ini terdiri dari 30 orang yang dibagi menjadi dua yaitu kelompok perlakuan bekam dan kelompok perlakuan dengan pemberian kompres hangat. Kelompok pemberian perlakuan bekam dilakukan sebanyak 2 kali pada minggu ketiga dan minggu ke enam. Sedangkan pemberian kompres hangat dilakukan setiap hari sekali dengan durasi pemberian yaitu 15-20 menit dengan suhu  $40^0-45^0$  selama enam minggu. Pada minggu keenam seluruh responden diukur ulang berupa post-test tentang nyeri punggung bawah.

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh terapi bekam dengan nilai  $p=0,002$  dan kompres hangat dengan nilai  $p=0,001$ . Artinya bekam dan kompres hangat memiliki efektivitas yang baik dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien nyeri punggung bawah. Sedangkan hasil ujia beda,

tidak ditemukan perbedaan antara pemberian terapi bekam dengan kompres hangat dengan nilai  $p=0,369$ . Artinya baik bekam maupun kompres hangat tidak memiliki perbedaan yang berarti, sehingga kedua terapi tersebut bisa direkomendasikan sebagai pilihan dalam menurunkan tingkat nyeri pada pasien dengan nyeri punggung bawah<sup>11</sup>.

Penelitian kelima, menjelaskan tentang efektifitas terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Jember. Responden yang digunakan adalah 30 mahasiswi kemudian dibagi menjadi dua kelompok yaitu 15 mahasiswi diberikan perlakuan bekam dan 15 mahasiswi sebagai kelompok kontrol. Perlakuan bekam diberikan pada kelompok intervensi dengan cara dibekam pada 8 titik sebanyak 3 kali dan hanya diberikan sebanyak satu kali. Sedangkan pada kelompok kontrol diberikan perlakuan dengan kompres hangat dengan suhu  $46^{\circ}\text{C}$ - $51^{\circ}\text{C}$  selama 20 menit pada daerah abdomen.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan bermakna dengan nilai  $p=0,001$ , yang artinya terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok perlakuan bekam dengan kelompok kontrol kompres air hangat. Penelitian ini membuktikan bahwa bekam dapat menurunkan intensitas nyeri pada mahasiswi yang sedang dismenore. Pemberian perlakuan bekam menjadi rekomendasi bagi seseorang yang sedang mengalami dismenore<sup>7</sup>.

Nyeri merupakan respon tubuh terhadap adanya masalah pada tubuh seseorang. Gangguan rasa nyaman nyeri jika tidak diatasi segera akan sangat mengganggu proses penyembuhan penyakit. Terapi komplementer bekam bisa menjadi pilihan untuk mengurangi atau menurunkan gangguan rasa nyaman nyeri.

## IMPLIKASI TERHADAP PRAKTIK KEPERAWATAN

*Literature review* ini berimplikasi terhadap praktik keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah. Hasil review ini akan menambah wawasan kita akan pentingnya memberikan pelayanan dengan sepenuh hati kepada pasien yang mengalami gangguan rasa nyaman nyeri. Bekam menjadi alternatif bagi perawat untuk dapat memberikan pelayanan terbaik dengan mengedepankan prinsip *humanity*. Keperawatan komplementer bekam tidak memberikan efek samping yang buruk bagi pasien. Sehingga akan sangat bermanfaat bagi pasien dalam menyelesaikan masalah kesehatannya.

## KESIMPULAN

1. Gangguan rasa nyaman nyeri dapat membuat pasien terganggu dalam melakukan perawatan atau aktivitas setiap harinya, sehingga dibutuhkan berbagai macam alternatif perawatan untuk menurunkan rasa nyerinya.
2. Pasien yang mengalami gangguan rasa nyaman nyeri akan berdampak terhadap psikologi pasien dan memicu keluarnya hormon kortisol, hormon ini tidak baik bagi tubuh jika dalam jumlah yang berlebihan.
3. Keperawatan komplementer bekam dapat menjadi pilihan bagi perawat dan pasien. Hasil dari *review* pada ke lima penelitian didapatkan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan gangguan rasa nyaman nyeri pada pasien.

## SARAN

1. Perlunya pengembangan pelatihan bagi perawat tentang standar operasional prosedur pemberian terapi bekam.
2. Perlu adanya penelitian yang lebih mendalam tentang pengaruh bekam pada gangguan rasa nyaman nyeri.

## REFERENSI

1. Purnama, Y.H. (2012). Efektifitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Dengan Cepalgia di Rumah Bekam AL-Kahil Tegal Besar Kabupaten Jember. Skripsi.
2. Khan, AA., Farooqui, S.I., Sumble, S., Khan, M.U. (2015). Efficacy of Deep Friction Massage and Ultrasound in The Treatment of Upper Trapezius Spasm-A Randomized Control Trial. *Journal of Medical and Dental Science Reseach*. Volume 2.
3. Ansar, Muhammad. (2011). Studi Kejadian Nyeri Punggung pada Pekerja Pengangkut Barang di Toko Asia Timur Kec. Tinambung Kab. Polowali Mandar Prov. Sulawesi Barat.
4. Hastuti, I.S. (2013). Pengaruh Workplace Stretching Exercise terhadap Keluhan Muskuloskeletal dan Kelelahan Kerja pada Pekerja Bagian Sewing CV. Cahyo Nugroho Jati. Jogjakarta. Universitas Gadjah Mada.
5. Umar, W. (2008). *Sembuh dengan Satu Titik*. Solo: Al-Qowam
6. Nuari, G.R. (2014). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Suhu Tubuh pada Penderita Demam di Rumah Bekam Al-Kahil Perumahan Villa Tegal Besar. Skripsi. Website: [Digilib.unmujember.ac.id](http://Digilib.unmujember.ac.id).
7. Kurniawati, I., Widada, W., & Sasmiyanto. (2016). Efektifitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Disminore Pada Mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember. Repository Universitas Muhammadiyah Jember.
8. Kim, J-I., Kim, T-H. Lee, M. S., Kang, J. W., Kim, K. H., Choi, J-Y., Kang, K-W., Kim, A-R., Shin, M-S., Jung, S-J., Choi, S-m. (2011). Evaluation of Wet Cupping Therapy for Persistent Non –Specific Low Back Pain: A Randomised, Waiting-List Controlled, Open-label, Parallel-Group Pilot Trial. *Trial Jurnal*. 12. 1-7
9. Lauche, R., Cramer, H., Choi, K-E., Rampp, T., Saha, F.J., Dobos, G. J., & Musial, F. (2011). The Influence of a Series of Five Dry Cupping Treatments on Pain and Mechanical Threshold in Patients with Chronic Non-spesifik Neck Pain-A Randomised Controlled Pilot study. *BMC Complementary and Alternatif Medicine*. 11. 1-11
10. Teut, M., Ullmann, A., Ortiz, M., Rotter, G., Binting, S., Cree, M., Lotz, F., Roll, S., & Brinkhaus, B. (2018). Pulsatile Dry Cupping in Chronic Low Back Pain-A Randomized Three-armed Controlled Clinical Trial. *BMC Complementary and alternative Medicine*. 18. 1-9
11. Putri, R.A. & Hasina, S.N. (2020). Perbedaan Terapi Bekam dan Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Punggung Bawah Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal*. 2. 33-40.