

Efektivitas Bekam Basah Untuk Penurunan Nyeri Sendi di Desa Temboro Kabupaten Magetan

Devita Anugrah Anggraini^{1*}, Kartika², Adhin Alkasanah³

¹Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia, devita.anugrah466@gmail.com, 085732230678

² Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia, tikatara88@gmail.com, 081803339900

³ Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia, adhinalkasanah2@gmail.com, 085876049020

Abstrak

Nyeri sendi menjadi tanda yang sering dikeluhkan oleh penderita asam urat, nyeri sendi terjadi karena adanya pengendapan kristal asam urat dipersendian yang diakibatkan karena asam urat dalam darah tinggi melebihi batas normal sehingga darah yang ada didalam tubuh mengendap menjadi kristal urat yang menyebabkan bengkak, kemerahan, dan nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas bekam basah untuk penurunan nyeri sendi di Desa Temboro Kabupaten Magetan. Desain penelitian menggunakan *Pre eksperimen* dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 18 responden. Alat yang digunakan dalam prngumpulan data adalah lembar observasi, alat ukur skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*). Hasil penelitian dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan bekam basah didapatkan *p-value* sebesar 0,000 ($\alpha = 0,05$), hal ini menunjukkan nilai signifikansi $<0,05$ yang artinya terdapat efektivitas bekam basah untuk penurunan nyeri sendi. Bekam basah selama 2 kali dalam waktu 2 minggu dapat menurunkan nyeri sendi. Oleh karena itu, bekam dapat dijadikan sebagai alternatif pengobatan nonfarmakologi untuk mengatasi nyeri sendi. Dimana bekam basah berperan dalam mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan dengan cara menstimulasi serabut saraf melalui tekanan, sentuhan, atau getaran.

Kata kunci: Bekam Basah, Penurunan, Nyeri Sendi

Abstract

Joint pain is a sign that is often complained about by people with gout, joint pain occurs due to the deposition of uric acid crystals in the joints caused by high uric acid in the blood exceeding normal limits so that the blood in the body settles into urate crystals which cause swelling, redness, and pain. The purpose of this study was to determine the effectiveness of wet cupping to reduce joint pain in Temboro Village, Magetan Regency. The research design used Pre experiment with one group pretest posttest design. The sampling technique used in this study was purposive sampling with a sample size of 18 respondents. The tools used in data collection are observation sheets, NRS (Numeric Rating Scale) pain scale measuring instruments. The results of the study with the Wilcoxon Signed Rank Test of joint pain before and after being given wet cupping obtained a p-value of 0.000 ($\alpha = 0.05$), this shows a significance value of <0.05 which means that there is an effectiveness of wet cupping to reduce joint pain. Wet cupping for 2 times within 2 weeks can reduce joint pain. Therefore, cupping can be used as an alternative nonpharmacological treatment for joint pain. Where wet cupping plays a role in reducing the intensity of pain felt by stimulating nerve fibers through pressure, touch, or vibration.

Keywords: Wet Cupping, Decrease, Joint Pain

PENDAHULUAN

Nyeri sendi menjadi masalah bagi masyarakat karena merupakan salah satu jenis penyakit yang banyak di derita oleh masyarakat. Hal ini terjadi karena adanya pengendapan kristal asam urat dipersendian yang diakibatkan karena asam urat dalam darah tinggi melebihi batas normal sehingga darah yang ada didalam tubuh mengendap menjadi kristal urat yang menyebabkan bengkak, kemerahan, dan nyeri.

WHO menjelaskan bahwa penderita nyeri sendi di dunia pada tahun 2019 mengalami kenaikan dengan jumlah penderita sebanyak 528 juta jiwa dengan jumlah yang paling banyak terdapat di Asia Tenggara dengan 24 jiwa. Data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa prevalensi nyeri sendi di Indonesia yakni 34,4 juta jiwa, prevalensi nyeri sendi di meningkat dari 7,3 % menjadi 11,9%. Sedangkan di Provinsi Jawa Timur sendiri yaitu sekitar 6,72% (1).

Berdasarkan data dari Puskesmas Taji wilayah kerja Desa Temboro Kabupaten

Magetan menunjukkan jumlah pemeriksaan asam urat pada tahun 2024 Desa Temboro menempati urutan ke 4 dari 10 desa tertinggi dengan masyarakat yang menderita penyakit asam urat di wilayah puskesmas Taji.

Peningkatan kadar asam urat dapat terjadi dengan cepat, antara lain karena banyaknya mengonsumsi makanan yang tinggi purin. Dalam kehidupan sehari-hari, khususnya bagi penderita asam urat, perlu untuk membatasi makanan tinggi purin, seperti daging, jeroan, dan berbagai jenis sayuran dan kacang-kacangan yang mengandung tinggi purin, karena dapat meningkatkan metabolisme purin dalam tubuh yang kemudian mengakibatkan kelebihan asam urat dalam darah. Nyeri yang di sebabkan oleh hiperurisemia dapat terjadi karena adanya pengendapan kristal asam urat dipersedian yang di akibatkan karena asam urat yang ada didalam tubuh tinggi melebihi batas normal sehingga darah yang ada didalam tubuh mengendap menjadi kristal urat yang menyebabkan bengkak kemerahan dan nyeri (2).

Salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri sendi adalah dengan pemberian terapi bekam. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maghfiroh et al (2017), tentang “Pengaruh terapi bekam terhadap skala nyeri pada lanjut usia yang mengalami nyeri sendi” di dapatkan hasil rata-rata skala nyeri sebelum diberikan terapi bekam yaitu 7 dan 8 dan setelah diberikan terapi bekam menurun menjadi 5, artinya terdapat penurunan skala nyeri setelah diberikan terapi bekam. Mekanisme bekam dalam menurunkan kadar asam urat dalam darah, yaitu melalui tusukan dengan jarum lancet yang menyebabkan sel mast melepaskan beberapa zat seperti, serotonin, histamine, bradikinin, slow reacting sub stance

(SRS). Efek dari terapi bekam terhadap nyeri sendi yaitu bekam pada titik tertentu dapat menstimulasi kuat syaraf permukaan kulit yang akan dilanjutkan pada cornu posterior medulla spinalis melalui syaraf A-delta dan C, serta traktus spinothalamicus ke arah thalamus yang akan menghasilkan endorphin. Sedangkan sebagian rangsang lainnya akan diteruskan melalui serabut aferen simpatik menuju kemotor neuron dan menimbulkan reflek intubasi nyeri (3).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengambil judul “efektivitas bekam basah untuk penurunan nyeri sendi di Desa Temboro Kabupaten Magetan”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini yakni kuantitatif. Desain penelitian menggunakan *Pre eksperimen* dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Alat yang digunakan dalam prngumpulan data adalah lembar observasi, alat ukur skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*). populasi penelitian sejumlah 213 sampel, Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 18 responden menggunakan rumus *federrer*. Kriteria sampel dalam penelitian idni meliputi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah ; a. Penderita nyeri sendi yang disebabkan oleh Asam Urat dengan skala maksimal 6 ; b.Bersedia menjadi responden. Sedangkan Kriteria eksklusi penelitian ini yakni a. Ibu hamil; b. Pasien yang sedang menjalani pengobatan antikoagulan.

Variabel penelitian terdiri dari *Independent Variable* yakni Terapi bekam basah, dan *Dependent Variable* yakni nyeri sendi, metode pengumpulan data yakni observasi

menggunakan alat ukur (instrument *Numeric Rating Scale*) dan metode analisis data yang digunakan dengan uji univariat dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*, skala data menggunakan ordinal, responden dijelaskan tentang skala nyeri kemudian diminta untuk menuliskan tingkat nyerinya sesuai dengan skala 0-10 (0: tidak ada nyeri, 1-3: nyeri ringan, 4-6: nyeri sedang, 7-10: nyeri hebat).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Umum Responden

Data umum pada penelitian ini menguraikan tentang karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan.

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi nyeri sendi berdasarkan Usia Di Desa Temboro Kecamatan Karas Kabupaten Magetan Pada Bulan Januari 2025.

Usia	Mean	Median	Modus	Min	Max
N =18	45,00	46.00	45	27	55

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diketahui bahwa nilai rata-rata usia penderita nyeri sendi adalah 45 tahun dengan usia minimum 27 tahun dan usia maksimum 55 tahun.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi nyeri sendi berdasarkan jenis kelamin Di Desa Temboro Kecamatan Karas Kabupaten Magetan Pada Bulan Januari 2025

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-Laki	6	33,3%
Perempuan	12	66,7%
Total	18	100%

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa penderita nyeri sendi tertinggi pada kelompok intervensi adalah berjenis kelamin perempuan berjumlah 12 responden (66,7%).

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi nyeri sendi berdasarkan pendidikan Di Desa Temboro Kecamatan Karas Kabupaten Magetan Pada Bulan Januari 2025

Pendidikan	Kelompok Intervensi	
	Frekuensi (f)	Presentase (%)
SD	5	27,8%
SMP	10	55,6%
SMA	2	11,1%
Perguruan Tinggi	1	5,6%
Total	18	100%

Sumber : Data primer

Berdasarkan data tabel 5.3 menunjukkan bahwa penderita nyeri sendi tertinggi pada berpendidikan SMP yaitu berjumlah 10 responden (55,6%).

Tabel 5.6 Analisis Nyeri Sendi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Bekam Basah

Nilai	Uji Wilcoxon				
	Nyeri Sendi				
	Mean	Median	Min	Max	Total
Pre Test	2,89	3,00	2	3	18
Post Test	1,61	2,00	1	2	18
p-value = 0,000					

Sumber : Data primer

Berdasarkan tabel 5.6 hasil dari pengukuran skala nyeri sendi *pre test* didapatkan nilai tertinggi 3 dan nilai terendahnya 2, hasil *post test* nya di dapatkan nilai tertinggi 2 dan nilai terendahnya 1. Dari uji *Wilcoxon Signed rank test* didapatkan hasil *p-value (asymptotic 2 tailed)* sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti ada perubahan skala nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan terapi bekam.

Analisis Efektivitas Bekam Basah untuk Penurunan Nyeri Sendi

Dapat diketahui dari tabel 5.6 Data dari lembar observasi nyeri sendi pada kelompok intervensi menunjukkan seluruh responden mengalami penurunan skala nyeri sendi setelah diberikan terapi bekam basah. Hasil penelitian menunjukkan nilai *p value* 0,000 yaitu kurang dari $< 0,05$ yang artinya terapi bekam basah dapat menurunkan skala nyeri sendi.

Teori mengenai mekanisme kerja anti nyeri pada bekam yaitu teori gerbang nyeri atau *pain-gate theory* menjelaskan bahwa terapi bekam dapat membantu menurunkan rasa nyeri dengan mengganggu jalur transmisi nyeri dari

area yang menerima stimulus menuju ke otak dan sebaliknya. Menurut teori, stimulus rasa nyeri dikirimkan melalui serabut saraf nosiseptif berdiameter kecil (A-delta & C) dan berdiameter besar (A-beta) ke sinaps menuju dorsal horn medulla spinalis (4).

Pada bagian ini modulasi rasa nyeri terjadi melalui gerbang nyeri presinaptik bersama jaringan interneuron. Serabut kecil yang terlibat mempunyai efek obstruktif terhadap sel inhibitorik yang berfungsi sebagai transmisi sinyal dengan jalur nyeri spinothalamocortical dan kemudian menuju ke otak. Disisi lain serabut besar dapat menstimulasi sel inhibitorik dan menginhibisi transmisi sinyal nyeri (Iswara et al., 2020.).

Kemudian dengan sistem ini diharapkan intensitas nyeri yang dirasakan dapat berkurang saat serabut besar yang terstimulasi melalui tekanan, sentuhan, atau getaran. Karena adanya tekanan yang dihasilkan dari pengekupan pertama yang menyebabkan serabut saraf besar afferent menutupi sebagian besar gerbang presinaptik. Dengan meningkatnya stimulus yang diberikan, jumlah serabut saraf yang terlibat juga akan meningkat (6).

Hal ini didukung dari penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Taufiq, dkk (2023) yang berjudul “*Pengaruh Terapi Bekam Basah (Al-Hijamah) Terhadap Keluhan Artikular Pada Pasien Musculoskeletal Disorders Di Klinik Bekam Kota Medan*” menyatakan bahwa terapi Bekam Basah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perubahan skala nyeri, Batasan lingkup gerak sendi, kaku sendi, namun tidak pada kualitas hidup secara keseluruhan (7). Selanjutnya menurut penelitian oleh Sujarwadi, dkk (2022)

mengatakan bahwa ada manfaat yang besar dari terapi bekam terhadap penurunan nyeri pada penderita rheumatoid arthritis, yang diharapkan dapat mengurangi penggunaan obat analgetika secara terus-menerus (Sujarwadi et al., 2022).

Berdasarkan uraian diatas peneliti berpendapat bahwa dengan melakukan terapi bekam basah selama 2 kali dalam waktu 2 minggu dapat menurunkan skala nyeri sendi. Menimbang dan memperhatikan manfaat bekam yang begitu besar untuk mengoptimalkan Kesehatan dan efek samping yang rendah. Proses fisiologis bekam yang menghasilkan efek analgesia pada penurunan skala nyeri pada penderita asam urat, akibat pelepasan beta endorfin sebagai opiate endogen yang efektif. Fisiologi perubahan kimiawi dalam menurunkan intensitas nyeri (3).

Selain itu, terapi bekam juga dapat memunculkan respon relaksasi, hal ini terjadi apabila dilakukan pembekaman pada suatu titik. Efek relaksasi berasal dari proses pembekaman yang diteruskan menuju hypothalamus sehingga dilepaskannya Corticotropin-Releasing Factor (CRF) serta releasing factor lainnya. CRF ini kemudian mengirimkan rasangan kepada kelenjar pituitari untuk meningkatkan produksi dari pro-opioidmelanocortin dan akan mempengaruhi produksi hormon lain berupa ACTH, kortikotropin, dan kortikosteroid. Dengan adanya kortikosteroid yang dihasilkan akan berperan dalam meredakan inflamasi serta menstabilkan permeabilitas sel. Sehingga bekam dapat membantu menurunkan skala nyeri.

SIMPULAN DAN SARAN

Skala nyeri sebelum diberikan terapi bekam basah nilai rata-ratanya adalah 2 dan sesudah diberikan terapi bekam basah nilai rata-ratanya 1. Setelah dilakukan uji penelitian yakni ada pengaruh terapi bekam basah terhadap penurunan kadar asam urat dan nyeri sendi di Desa Temboro Kecamatan Karas Kabupaten Magetan dengan nilai signifikansi p Value = 0,000.

Saran bagi Masyarakat yakni khususnya kepada penderita nyeri sendi, mengenai pengaruh terapi bekam basah terhadap penurunan kadar asam urat dan nyeri sendi. Sehingga terapi bekam ini dapat menjadi alternatif tambahan untuk pengobatan nonfarmakologi dengan minimal efek samping. Hasil penelitian ini menambah pengetahuan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan tema yang serupa dengan mengembangkan variabel serta menambah besar sampel dalam penelitian

DAFTAR PUSTAKA

1. Kesehatan KKBP dan P. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2018.
2. Irawan H, Santoso P, Pridanatama A. Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Skala Nyeri Pada Klien Gout Di Bilik Bekam Desa Sidomulyo Kecamatan Semen Kabupaten Kediri. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*. 2020;4(2).
3. Sirotujani F, Kusbaryanto K. Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dan Peningkatan Kualitas Tidur Pada Pasien Low Back Pain (LBP). *DINAMIKA KESEHATAN JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN*. 2020;10(1).

4. Setyo Wahyudi P, Widada W, Shodikin M. TERAPI BEKAM TITIK RUKBAH PADA NYERI SENDI LUTUT LANSIA DI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JEMBER. *International Journal of Islamic and Complementary Medicine*. 2023;4(1).
5. Iswara R, Sari L, Kosasih E, Yarsi Pontianak Stik. PENGARUH BEKAM TERHADAP INTENSITAS NYERI PADA PENDERITA REMATIK DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TANJUNG HULU KECAMATAN PONTIANAK TIMUR KALIMANTAN BARAT.
6. Anzani D, Sutysna H. Efek Terapi Bekam Basah Terhadap Skala Nyeri Dan Kualitas Hidup Pada Penderita Nyeri Leher Non Spesifik Di Rumah Bekam Kota Medan Tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Kohesi*. 2020;4(3).
7. Al Hakim MT, Sutysna H. PENGARUH TERAPI BEKAM BASAH (AL-HIJAMAH) TERHADAP KELUHAN ARTIKULAR PADA PASIEN MUSCULOSKELETAL DISORDERS DI KLINIK BEKAM KOTA MEDAN. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan : Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*. 2023 May 25;10(2):195–204.
8. Sujarwadi M, Toha M, Zuhroidah I, Noor Istiqomah Program Studi DIII Keperawatan I, Keperawatan F, Jember U, et al. PEMANFAATAN BEKAM DALAM MENURUNKAN KETERGANTUNGAN PENGGUNAAN ANALGETIKA PADA PENDERITA DENGAN GANGGUAN NYERI PERSENDIAN [Internet]. Available from: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>.

