

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Low Back Pain (LBP) adalah salah satu gangguan pada sistem muskuloskeletal yang umumnya ditandai dengan rasa nyeri, baik bersifat akut maupun kronis yang disebabkan oleh postur tubuh atau aktivitas fisik yang tidak tepat (Sahara & Pristya, 2020). Nyeri ini dirasakan pada bagian punggung bawah yang bersumber dari struktur-struktur di area tersebut seperti tulang belakang (spinal), saraf, otot, dan struktur lainnya yang terdapat pada daerah tersebut. *Low Back Pain* biasanya muncul akibat ketegangan otot atau postur tubuh yang kurang tepat, kebiasaan membungkuk terlalu lama saat bekerja, mengangkat beban dengan cara yang tidak sesuai, serta kebiasaan duduk atau berdiri dalam jangka waktu yang berkepanjangan (Rahmawati, 2021). Sensasi nyeri yang berasal dari daerah lumbar menyebar ke ekstremitas bawah, terutama saat dalam posisi berdiri, duduk, atau membungkuk. Tanda-tanda dan gejala dari kondisi ini meliputi rasa nyeri, kelemahan motorik, menurunnya fungsi refleks, dan defisiensi sensorik (Ozsoy et al., 2019)

Low back pain (LBP) merupakan salah satu masalah kesehatan paling umum di dunia dan telah menjadi penyebab utama disabilitas global. Menurut data WHO tahun 2020, diperkirakan sebanyak 619 juta orang di seluruh dunia mengalami nyeri punggung bawah. Angka ini tidak menunjukkan tanda-tanda penurunan. Sebaliknya, WHO memperkirakan bahwa jumlah penderita LBP akan terus meningkat dan bisa mencapai 843 juta orang pada tahun 2050. Peningkatan ini terutama didorong oleh pertumbuhan populasi global serta bertambahnya jumlah lansia (WHO, 2023)

LBP dapat dialami oleh siapa saja, termasuk anak-anak dan remaja, meskipun prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia. Kelompok usia 50 hingga 55 tahun merupakan usia dengan tingkat prevalensi tertinggi dan kondisi ini semakin umum terjadi pada usia lanjut, khususnya pada

individu berusia 80 hingga 85 tahun. Selain itu, wanita dilaporkan lebih sering mengalami LBP dibandingkan pria, yang menunjukkan adanya faktor gender dalam pola distribusi kondisi ini. Dengan angka yang terus meningkat dan dampak signifikan terhadap kualitas hidup serta produktivitas, LBP menjadi isu kesehatan masyarakat global yang memerlukan perhatian serius dalam hal pencegahan, manajemen, dan edukasi masyarakat (WHO, 2023).

Prevalensi *Low Back Pain* (LBP) di Indonesia berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa penyakit muskuloskeletal termasuk LBP merupakan masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia. Menurut Riskesdas 2018, prevalensi penyakit muskuloskeletal yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan adalah 11,9%, sementara jika dihitung berdasarkan gejala yang dirasakan oleh masyarakat, prevalensinya mencapai 24,7%. Data ini menunjukkan bahwa LBP adalah keluhan yang sangat umum di Indonesia yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas masyarakat. Secara umum, prevalensi LBP yang tinggi ini mencerminkan bahwa gangguan muskuloskeletal khususnya nyeri punggung bawah merupakan masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia. Faktor risiko seperti usia, jenis pekerjaan, postur tubuh, serta tingkat aktivitas fisik berperan besar dalam meningkatkan risiko terjadinya LBP (Riskesdas, 2018).

Prevalensi *Low Back Pain* (LBP) di Pulau Sulawesi menurut Riskesdas 2018 tidak tercatat secara spesifik. Namun, beberapa studi lokal memberikan gambaran mengenai prevalensi LBP di daerah ini. Di Makassar, penelitian menunjukkan bahwa seluruh pegawai di Rektorat UIN Alauddin Makassar mengalami LBP dengan faktor risiko terkait postur tubuh yang buruk (Nurindasari, 2018). Di Kecamatan Biringkanaya, 76,3% lansia mengalami LBP, dipengaruhi oleh usia dan postur tubuh yang tidak sesuai (Islam et al., 2024). Studi di RS Ibnu Sina Makassar juga mencatat bahwa 85,7% perawat mengalami LBP, dengan masa kerja dan posisi kerja yang tidak sesuai sebagai faktor risiko (Rachman et al., 2024). Meskipun

Riskesdas 2018 tidak memberikan data khusus untuk Sulawesi, studi-studi lokal ini menunjukkan bahwa LBP menjadi masalah kesehatan yang signifikan di wilayah tersebut.

Secara medis LBP dapat diklasifikasikan menjadi akut, subakut, dan kronik berdasarkan lamanya keluhan (Septadina et al., 2019). Penatalaksanaan nyeri punggung bawah juga sangat beragam, mulai dari penggunaan obat antiinflamasi nonsteroid (OAINS), fisioterapi, hingga pendekatan non-farmakologis dan komplementer (Cashin et al., 2025). Salah satu bentuk terapi komplementer yang semakin dikenal selama sepuluh tahun terakhir adalah terapi bekam yang mengalami peningkatan popularitas di kalangan masyarakat khususnya bekam kering..

Bekam kering (*dry cupping therapy*) adalah metode pengobatan tradisional yang menggunakan cangkir khusus yang ditempelkan pada kulit untuk menghasilkan tekanan negatif, menarik kulit dan jaringan di bawahnya tanpa mengeluarkan darah. Berbeda dengan bekam basah yang melibatkan sayatan dan pengeluaran darah, bekam kering bersifat non-invasif dan dianggap lebih aman oleh banyak praktisi dan pasien (Al-Bedah et al., 2019). Meskipun mekanisme kerjanya belum sepenuhnya dipahami, beberapa teori menyebutkan bahwa efek terapeutiknya berkaitan dengan peningkatan aliran darah, relaksasi otot, serta stimulasi saraf aferen yang berperan dalam mengurangi rasa nyeri. Selain itu, bekam juga dapat membantu mengobati berbagai penyakit (Hidayati et al., 2019).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi bekam kering efektif dalam mengurangi nyeri otot dan sendi, termasuk pada kondisi *low back pain* (LBP). Selain itu, terapi ini memiliki efek relaksasi dan dapat meningkatkan kondisi fisik serta mental pasien secara keseluruhan. Mengingat biaya yang relatif terjangkau, minim efek samping yang, serta kemampuan untuk dilakukan secara berkala, bekam kering menjadi alternatif yang menarik dalam manajemen LBP, khususnya bagi pasien yang ingin menghindari penggunaan obat jangka panjang atau yang

memiliki keterbatasan dalam mengakses fisioterapi modern (Zainnurrofiq et al., 2024).

Berdasarkan berbagai manfaat yang telah diuraikan, terapi bekam kering mulai mendapat perhatian dalam bidang penelitian sebagai salah satu pendekatan non-farmakologis untuk manajemen nyeri, khususnya pada kondisi *low back pain* (LBP). Sejumlah studi telah dilakukan untuk menilai efektivitas terapi ini, baik dari segi penurunan intensitas nyeri, peningkatan fungsi fisik, maupun dampaknya terhadap kualitas hidup pasien. Adapun beberapa penelitian yang relevan adalah Penelitian yang dilakukan oleh (Lari et al., 2018) menunjukkan terapi bekam kering lebih efektif dalam mengurangi nyeri punggung bawah dengan hasil $19,76 \pm 4,66$, $15,24 \pm 5,02$, $12,88 \pm 6,13$ dengan nilai $p \text{ value} < 0.001$. Hisapan bekam kering yang diterapkan selama pengobatan dapat memecahkan sumbatan yang terdapat dalam pembuluh darah dan meningkatkan sirkulasi yang dapat menarik racun dan limbah dengan membawanya ke permukaan kulit untuk dilepaskan untuk meringankan rasa nyeri akibat LBP.

Penelitian yang dilakukan oleh (Lestari, 2019) juga menunjukkan bahwa sebelum diberi terapi bekam kering keluhan nyeri penderita LBP adalah 3,09, kemudian rata-rata skala nyeri sesudah diberi terapi bekam kering adalah 2,05. Berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat kemaknaan 0,05 menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang artinya ada pengaruh terapi bekam kering terhadap penurunan keluhan nyeri LBP.

Dari uraian latar belakang diatas, penulis tertarik melaksanakan studi kasus pada pasien dengan masalah nyeri punggung bawah yang dibahas melalui Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul "Penerapan Terapi Bekam Kering Terhadap Efektivitas Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan *Low Back Pain* Di Klinik Zein Holistik Therapy Makassar 2025"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah penerapan terapi bekam kering efektif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien yang mengalami *low back pain* di Klinik Zein Holistic Therapy Makassar?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari karya tulis ilmiah ini dibedakan menjadi dua tujuan yaitu sebagai berikut :

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas penerapan *dry cupping therapy* terhadap penurunan skala nyeri pada pasien dengan low back pain di Klinik Zein Holistic Therapy Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui proses pengkajian pada pasien dengan tindakan terapi bekam kering
- b. Menetapkan diagnosa keperawatan pada Pasien Ny. S
- c. Merencanakan tindakan keperawatan
- d. Melakukan implementasi dengan memberikan terapi bekam kering
- e. Melakukan evaluasi hasil implementasi terapi bekam kering
- f. Menganalisis efektivitas terapi bekam kering dalam menurunkan skala nyeri pada Pasien Ny. S

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya dalam terapi nonfarmakologis untuk penanganan nyeri punggung bawah. Hasil studi kasus ini juga dapat menjadi referensi teori bagi studi selanjutnya terkait efektivitas terapi bekam kering.

2. Manfaat Praktisi

a. Manfaat bagi penulis

Studi kasus ini memberikan pengalaman langsung kepada penulis dalam menerapkan terapi bekam kering sebagai intervensi keperawatan, serta meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam menangani pasien dengan *low back pain* berdasarkan pendekatan holistik dan berbasis bukti.

b. Manfaat bagi klinik zein holistik therapy

Pelaksanaan terapi bekam kering oleh praktisi di Klinik Zein Holistic Therapy Makassar memberikan kontribusi penting dalam upaya peningkatan kualitas layanan kesehatan, khususnya dalam penanganan pasien dengan keluhan *low back pain*. Hasil dari karya tulis ilmiah ini diharapkan dapat menjadi sumber masukan bagi klinik dalam mengembangkan protokol terapi nonfarmakologis berbasis bukti, serta memperkuat kompetensi praktisi dalam menangani nyeri punggung bawah. Dengan adanya implementasi terapi berdasarkan hasil penelitian, pelayanan yang diberikan menjadi lebih terpercaya, profesional, dan terukur secara klinis.

c. Manfaat bagi pasien

Penelitian ini bermanfaat bagi pasien, khususnya penderita *low back pain*. Pasien mendapatkan alternatif pengobatan yang aman, nyaman, dan dapat meningkatkan kualitas hidup tanpa ketergantungan obat.