

## **BAB IV**

### **PEMBAHASAN**

Pada karya tulis ilmiah ini, penulis membahas keterkaitan antara hasil yang diperoleh selama proses intervensi dengan teori-teori yang menjadi dasar pelaksanaan terapi. Intervensi yang dimaksud adalah penerapan terapi bekam kering yang digunakan sebagai upaya untuk menurunkan skala nyeri. Pembahasan ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana hasil yang dicapai sejalan dengan konsep, mekanisme kerja, dan bukti ilmiah yang mendasari penggunaan terapi bekam kering, serta untuk mengetahui efektivitasnya dalam mengatasi keluhan *low back pain*.

#### **A. Penerapan Terapi Bekam Kering terhadap Penurunan Skala Nyeri**

Ny. S adalah seorang wanita berusia 58 tahun yang datang ke Klinik Zein Holistik Therapy dengan keluhan nyeri pada punggung bagian bawah yang telah dirasakan selama 3 hari. Berdasarkan hasil wawancara dan pemeriksaan fisik, pasien mengeluhkan nyeri yang bertambah saat ingin berdiri dan membungkuk. Pemeriksaan skala nyeri berdasarkan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum terapi berada pada angka 5/10 yang tergolong dalam kategori nyeri sedang.

*Low Back Pain* (LBP) yang dialami Ny. S termasuk dalam jenis non-spesifik yang berarti tidak ditemukan kelainan struktural atau patologi yang jelas melalui pemeriksaan klinis. Berdasarkan hasil pengkajian dan riwayat aktivitas harian pasien, penyebab LBP kemungkinan berkaitan dengan postur tubuh yang kurang sesuai serta aktivitas fisik berlebih.

Intervensi keperawatan yang dilakukan pada diagnosa nyeri akut difokuskan pada upaya sistematis untuk mengidentifikasi dan menangani keluhan nyeri yang dialami Ny. S. Langkah awal intervensi meliputi pengkajian menyeluruh terhadap lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri yang dirasakan oleh pasien. Selain itu, dilakukan identifikasi terhadap skala nyeri menggunakan instrumen penilaian yang sesuai, serta pengkajian terhadap faktor-

faktor yang dapat memperberat maupun meringankan nyeri. Setelah proses pengkajian, intervensi dilanjutkan dengan pemberian teknik manajemen nyeri nonfarmakologis, seperti relaksasi, distraksi, dan edukasi mengenai cara mengelola nyeri secara mandiri. Penjelasan mengenai penyebab timbulnya nyeri, periode kemunculannya, serta faktor pemicu juga diberikan kepada pasien untuk meningkatkan pemahaman dan keterlibatan dalam proses penyembuhan. Sebagai bagian utama dari intervensi, diterapkan terapi bekam kering yang bertujuan untuk membantu menurunkan intensitas nyeri melalui stimulasi titik-titik tertentu pada tubuh, sesuai dengan prinsip terapi komplementer yang telah terbukti mendukung proses penyembuhan secara holistik.

Implementasi dan evaluasi terhadap masalah keperawatan utama, yaitu nyeri akut menunjukkan adanya penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi berupa terapi bekam kering. Berdasarkan hasil pengkajian sebelum intervensi, pasien mengalami nyeri dengan skala nyeri 5/10 Sedang (NRS). Setelah terapi bekam kering diberikan, skala nyeri menurun menjadi skala nyeri 4/10 Sedang (NRS). Penurunan ini menunjukkan bahwa terapi bekam kering memberikan efek positif dalam menurunkan skala nyeri yang dirasakan oleh pasien. Selain penurunan skala nyeri, pasien juga menyatakan merasa lebih rileks dan nyaman setelah terapi dilakukan. Penelitian oleh (Zhang et al., 2024) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa terapi bekam efektif dalam menurunkan nyeri punggung bawah, meningkatkan aliran darah lokal, dan merangsang respon relaksasi saraf. (Al-Bedah et al., 2019) juga menyebutkan bahwa terapi bekam tidak hanya bermanfaat dalam mengurangi nyeri atau ketegangan otot tetapi juga dapat meningkatkan sirkulasi darah, mendetoksifikasi racun melalui kulit, memperkuat sistem imun, serta menjaga keseimbangan metabolisme tubuh. Dengan terapi yang dilakukan secara teratur, pasien dapat menjaga kebugaran fisik, mencegah nyeri

muskuloskeletal, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Hasil evaluasi ini mendukung bahwa terapi bekam dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam manajemen nyeri akut. Terapi bekam kering dipilih sebagai terapi komplementer untuk Ny. S karena lebih sesuai dengan kondisi klinis pasien. Terapi ini dinilai lebih aman dan sesuai dengan kondisi kesehatan pasien jika dibandingkan dengan terapi bekam basah. Bekam kering tidak melibatkan tindakan invasif seperti sayatan atau pengeluaran darah sehingga risiko terjadinya infeksi lebih rendah.

Selain itu, terapi bekam kering terbukti memberikan efek terapeutik dalam mengurangi nyeri punggung bawah. Studi yang dilakukan oleh (Anshori et al., 2021) menunjukkan bahwa terapi bekam kering memiliki efek positif dalam menurunkan skala nyeri pada pasien dengan nyeri punggung bawah. Secara signifikan setelah dilakukan sesi terapi menunjukkan bahwa terapi bekam kering mampu menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan fungsi fisik pada pasien dengan *low back pain* non-spesifik kronis setelah beberapa sesi terapi. Hasil ini juga didukung oleh meta-analisis dari (Cao et al., 2021), yang menunjukkan bahwa terapi bekam kering memiliki efektivitas yang signifikan dalam meredakan nyeri muskuloskeletal, termasuk nyeri punggung bawah.

Dari segi kenyamanan, pasien umumnya lebih menerima terapi bekam kering karena prosedurnya tidak menimbulkan rasa sakit akibat sayatan atau ketakutan terhadap darah. Ny. S sendiri merasa nyaman selama menjalani terapi dan tidak mengeluhkan efek samping apa pun setelah tindakan dilakukan. Dengan mempertimbangkan keamanan, efektivitas, dan kenyamanan, terapi bekam kering menjadi pilihan yang tepat untuk membantu mengurangi keluhan nyeri punggung bawah yang dialami oleh Ny. S.

Hasil temuan ini juga sejalan dengan penelitian (Aditya Putri & Nur Hasina, 2020) yang menunjukkan bahwa terapi bekam efektif dalam menurunkan skala atau intensitas nyeri punggung bawah pada lansia, dengan hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p = 0,002$  yang berarti terdapat penurunan nyeri yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi bekam. Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (D. Wahyuni, 2022) yang menunjukkan bahwa terapi bekam baik dalam bentuk bekam kering maupun basah, efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada lansia, dengan hasil beberapa penelitian menunjukkan penurunan nyeri sedang menjadi nyeri ringan, serta nilai signifikansi  $p < 0,05$  pada uji statistik seperti Wilcoxon dan uji-t.

#### **B. Efektivitas terapi bekam kering penurunan skala nyeri**

Skala nyeri pada klien dengan low back pain sesudah dilakukan terapi bekam mengalami penurunan skala nyeri. Dimana sebelum dilakukan terapi bekam, skala nyeri klien yaitu 5/10 Sedang (NRS). Setelah dilakukan terapi bekam skala nyeri pasien menurun yaitu 4/10 Sedang (NRS). Pemberian terapi bekam ini dilakukan dalam 1 kali dengan jumlah sesi 3 kali.

Bekam kering merupakan metode pengobatan tradisional yang bersifat holistik dan telah digunakan sejak zaman kuno. Terapi bekam kering bekerja dengan cara menstimulasi area kulit dan jaringan di bawahnya menggunakan tekanan negatif dari cangkir yang ditempelkan. Tekanan ini menimbulkan tarikan pada kulit yang kemudian merangsang pembuluh darah kecil (kapiler) untuk melebar. Proses pelebaran pembuluh darah ini meningkatkan aliran darah di sekitar area yang mengalami nyeri. Dengan aliran darah yang lebih lancar, oksigen dan nutrisi lebih mudah mencapai jaringan yang rusak, serta membantu membersihkan zat-zat penyebab nyeri seperti sisa metabolisme dan mediator inflamasi (Risniati et al., 2020).

Dari sisi sistem saraf, terapi bekam memberikan rangsangan pada ujung-ujung saraf sensorik di kulit. Rangsangan ini mengaktifkan serabut saraf tertentu yang dapat “menghambat” masuknya sinyal nyeri ke otak melalui mekanisme yang dikenal sebagai teori gerbang nyeri (*Pain Gate Theory*). Artinya, meskipun sumber nyeri masih ada, otak akan menerima sinyal nyeri yang lebih sedikit sehingga rasa sakit pun berkurang (Khasanah et al., 2024).

Selain itu, bekam kering juga dapat merangsang sistem kekebalan tubuh. Saat kulit tertarik oleh tekanan bekam, tubuh akan menganggapnya sebagai bentuk rangsangan ringan. Hal ini memicu respons imun berupa pelepasan zat antiinflamasi dan aktivasi sel-sel imun seperti makrofag. Proses ini membantu mengurangi peradangan dan mempercepat penyembuhan jaringan yang menyebabkan nyeri (D. Wahyuni et al., 2024).

Sejumlah penelitian mendukung keefektifan terapi ini. Salah satu studi oleh (Lestari, 2019) yang menunjukkan nilai  $p$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang berarti terdapat pengaruh signifikan dari pemberian terapi bekam kering terhadap penurunan keluhan nyeri punggung bawah. Semua data posttest menunjukkan penurunan skala nyeri yang bernilai negatif yang menandakan bahwa tidak ada responden yang mengalami peningkatan nyeri setelah terapi diberikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agarini & Satria, 2022) Hasil sintesis dari 15 jurnal menunjukkan bahwa terapi bekam kering efektif menurunkan nyeri pada individu dengan keluhan nyeri punggung atas dan bawah. Sebanyak 9 studi dari keseluruhan literatur yang dianalisis memberikan bukti adanya efek positif terapi ini dalam mengurangi intensitas nyeri secara signifikan

Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh (de Melo Salemi et al., 2021) menunjukkan terapi bekam kering terbukti efektif dalam menurunkan nyeri, sebagaimana dibuktikan melalui hasil penelitian yang menunjukkan penurunan signifikan pada intensitas

nyeri partisipan. Setelah intervensi (*post-treatment*), rerata skor nyeri pada kelompok terapi lebih rendah dibandingkan dengan kelompok *sham*, dengan selisih rerata sebesar  $-2,36$  ( $p < 0,001$ ). Efek penurunan ini tetap bertahan hingga empat minggu pascaintervensi, dengan selisih rerata  $-1,71$  ( $p < 0,042$ ). Efektivitas terapi ditunjukkan melalui kategori ukuran efek yang besar (*large effect size*, Cohen's  $d = -0.94$  dan  $-0.83$ ). Selain mampu menurunkan tingkat nyeri, terapi bekam kering juga menunjukkan efektivitas dalam mengurangi disabilitas fungsional, yang dinilai menggunakan instrumen *Oswestry Disability Index* (ODI).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Stephens et al., 2020) menunjukkan bahwa terapi bekam kering efektif dalam menurunkan tingkat nyeri dibandingkan dengan kelompok plasebo maupun kelompok tanpa intervensi. Efektivitas ini ditunjukkan melalui perbedaan signifikan pada skor nyeri VAS ( $p < 0,002$ ), yang menandakan bahwa terapi bekam kering memiliki dampak yang lebih kuat dalam mereduksi nyeri dibandingkan metode non-terapi dan placebo.

Manfaat terapi bekam kering terhadap *low back pain* (LBP) terletak pada kemampuannya menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik yang berkaitan dengan respon nyeri, serta menstimulasi proses neuroendokrin yang mengatur pelepasan hormon stres seperti kortisol. Selain itu, terapi ini juga mendorong pelepasan senyawa-senyawa bioaktif seperti oksida nitrat yang berfungsi meningkatkan vasodilatasi, memperlancar aliran darah ke jaringan otot, dan mempercepat proses penyembuhan. Mekanisme ini tidak hanya mengurangi intensitas nyeri, tetapi juga memperbaiki fungsi muskuloskeletal secara keseluruhan. Oleh karena itu, terapi bekam kering sangat direkomendasikan sebagai salah satu pendekatan komplementer yang efektif dalam pencegahan dan penanganan nyeri punggung bawah, terutama pada kasus yang bersifat kronis dan non-spesifik (Moura et al., 2018).

Berdasarkan perubahan diatas penulis berasumsi bahwa Penerapan Terapi Bekam Kering Terhadap Efektivitas Penurunan Skala nyeri Pada Pasien low back pain yaitu berpengaruh dan efektivitas mengalami penurunan skala nyeri.