

A
B

B

I
PENDAHULUAN

Kesehatan adalah suatu keadaan yang sehat baik secara fisik, mental, spiritual mapun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Mustaqim et al., 2024). Kesehatan kerja merupakan kesehatan yang ditujukan untuk melindungi pekerja agar hidup sehat dan terbebas dari gangguan kesehatan serta pengaruh buruk yang diakibatkan oleh pekerjaan (Wibowo, 2024). Penerapan ergonomi di lingkungan kerja merupakan salah satu upaya kesehatan dan keselamatan kerja. Ergonomi mempelajari cara-cara penyesuaian pekerjaan, alat kerja dan lingkungan kerja. Alat kerja dan lingkungan fisik yang tidak sesuai dengan kemampuan alamiah tenaga kerja akan menyebabkan hasil kerja tidak optimal, bahkan berpotensi menimbulkan keluhan kesehatan dan penyakit kerja (Rahayu et al., 2022).

Tekanan fisik yang dialami oleh para pekerja menjadi latar belakang timbulnya berbagai macam cidera meliputi cidera otot, cidera tulang, cidera urat. Nyeri punggung adalah cidera mekanik yang lazim dialami bagi para pekerja dengan beban kerja fisik yang lumayan berat. Otot punggung yang mendapatkan beban secara terus menerus dengan jangka jarak yang cukup berat dapat berpengaruh pada kerusakan sendi, terutama didaerah tendon dan ligamen (Irawan et al., 2023). Pembebanan otot punggung bawah yang terus menerus jika berulang-ulang akan menimbulkan peredaran darah yang mengangkut oksigen menjadi tidak lancar, sehingga mengakibatkan kurangnya oksigen. Kondisi kurangnya oksigen secara terus menerus akan menghasilkan asam laktat dan panas tubuh yang mana dapat menyebabkan keletihan pada otot punggung bawah yang terasa berat sehingga timbulnya nyeri pada otot punggung bawah (Devi & Utami, 2024).

Nyeri punggung bawah (LBP) adalah masalah kesehatan yang umum ditemukan di masyarakat, terutama di fasilitas perawatan kesehatan primer, dan bahkan diakui sebagai penyebab utama kecacatan di seluruh dunia (Dewi &

Lisnawati, 2023). Penyebab utama sakit punggung bawah pada orang dewasa muda hingga dewasa sebagian besar disebabkan oleh herniasi lumbar. Herniasi disk lumbar adalah kondisi pecahnya annulus fibrosus, yang mengakibatkan protrusion nukleus pulposus jauh dari ruang disk intervertebral, umumnya disebut sebagai *Herniated Nucleus Pulposus* (HNP) yang mengompresi akar saraf yang berdekatan, kemudian sensasi nyeri yang berasal dari daerah lumbar menyebar ke ekstremitas bawah, terutama saat dalam posisi berdiri, duduk, atau membungkuk (Aswan, 2024). Tanda-tanda dan gejala dari kondisi ini meliputi rasa nyeri, kelemahan motorik, menurunnya fungsi refleks, dan defisiensi sensorik. Prevalensi HNP lumbar pada pria berusia 30-50 tahun dua kali lebih tinggi daripada pada wanita (Utami et al., 2023)

Menurut WHO, (2020) menunjukkan bahwa 33% penduduk di negara berkembang mengalami nyeri persisten. Di Inggris sekitar 17,3 juta orang pernah menderita nyeri punggung dan dari jumlah tersebut sekitar 1,1 juta orang menjadi lumpuh yang diakibatkan dari nyeri punggung tersebut. 26% orang dewasa Amerika dilaporkan mengalami nyeri punggung bawah setidaknya 1 hari dalam durasi 3 bulan. Permasalahan kesehatan saat ini yang berkaitan dengan pekerjaan yaitu masalah pada sistem muskuloskeletal, dan yang sering dikeluhkan adalah nyeri punggung bawah. Nyeri Punggung Bawah (NPB) atau dalam bahasa Inggris disebut *low back pain* merupakan gejala ketidaknyamanan atau rasa nyeri di daerah punggung bagian bawah, dan merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari (Irawan et al., 2023). Adapun dampak dari nyeri punggung bawah bila tidak diatasi akan menyebabkan otot kaku, demam, dalam kondisi kronis dapat membuat saraf mengalami kesemutan dan menyebabkan kelemahan di anggota tubuh, sehingga kinerja dan produktivitas kerja seseorang akan mengalami penurunan (Handayani et al., 2020).

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (2020), prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7%. Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui pasti, namun

diperkirakan antara 7,6% sampai 37%. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2018), terdapat 26,74% penduduk usia 15 tahun keatas yang bekerja mengalami keluhan dan gangguan kesehatan (Kemenkes RI., 2020).

Berdasarkan data yang dikumpulkan oleh Penelitian Pusat Riset dan Pengembangan Pusat Ekologi Kesehatan, Departemen Kesehatan yang melibatkan 800 orang dari 8 sektor informal menunjukkan keluhan nyeri punggung bawah dialami oleh 31,6% kuli panggul kelapa sawit di Riau, 76,7% perajin batu bata di Lampung, 16% penambang emas di Kalimantan Barat, 21% perajin wayang kulit di Yogyakarta, 8% perajin kuningan di Jawa Tengah, 18% perajin onix di Jawa Barat, 14,9% perajin sapu di Bogor, dan nelayan di DKI Jakarta menderita keluhan nyeri punggung bawah masing-masing 41,6%. Dalam hidupnya lebih dari 70% manusia pernah mengalami nyeri punggung bawah (*low back pain*) dengan rata-rata puncak kejadian berusia 35-55 tahun. Menurut Wahyu Putra et al., (2021) faktor risiko yang paling berperan dalam terjadinya LBP adalah usia dan pekerjaan. Semakin bertambahnya usia seseorang maka risiko LBP juga bertambah karena terjadi proses degenerasi diskus intervertebralis. Pekerjaan yang menyebabkan overload kemampuan tulang belakang kelamaan akan menginduksi *accelerated degenerative articular* (Rizki & Saftarina, 2020). Penatalaksanaan nyeri punggung bawah (*low back pain*) dapat dilakukan dengan farmakologis dan non farmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis dalam mengatasi LBP adalah terapi bekam yang memiliki berbagai macam manfaat seperti, mengeluarkan angin atau gas didalam tubuh, merilekskan otot, mengurangi nyeri sendi dan lain-lain. Bekam juga diyakini efektif, aman, dan relatif murah (Satria et al., 2023).

Bekam sudah dikenal sejak berabad-abad lalu dan diyakini berasal dari budaya timur tengah dengan sebutan hijamah dalam bahasa arab yang dapat diartikan sebagai teknik penyedotan dengan alat bekam baik dengan pengeluaran darah atau tanpa pengeluaran darah (Agarini & Satria, 2022). Bekam yang dilakukan dengan pengeluaran darah disebut dengan bekam basah, sedangkan bekam tanpa mengeluarkan darah disebut dengan bekam kering. Tekanan negatif (penyedotan) yang dihasilkan bekam dipercaya dapat

menarik toksin tubuh di kedalaman jaringan menuju ke permukaan kulit dan dapat mengumpulkan darah perifer menuju tempat bekam (Husen, 2023). Pengobatan bekam sering digunakan oleh masyarakat sebagai pengobatan alternatif untuk mengobati berbagai macam penyakit, selain itu ada beberapa alasan masyarakat memilih pengobatan bekam yaitu biaya yang lebih terjangkau serta tidak menggunakan bahan-bahan kimia (Satria et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Fariza Hasyati et al., 2020), menunjukkan bahwa ada pengaruh bekam basah terhadap penurunan nyeri punggung pada kuli bangunan dengan rata-rata selisih adalah 4,250 yang artinya bekam basah memberikan pengaruh sebesar 4 kali lebih besar dalam menurunkan nyeri pada kuli bangunan. Bekam basah merupakan suatu proses pembuangan darah kotor dari permukaan kulit. Penelitian lain juga dilakukan oleh (Lestari, 2020), menunjukkan rerata skala nyeri sebelum diberikan terapi bekam kering yakni 3,09 dan rerata skala nyeri setelah diberikan terapi bekam kering yakni 1,50. Hasil uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat kemaknaan 0,05 menunjukkan nilai $p = 0,000$ yang berarti ada pengaruh terapi bekam kering terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada pengerajin wanci di desa bresela kecamatan payangan.

Berdasarkan hasil survei yang telah penulis lakukan di Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Kota Makassar banyak pasien yang datang dengan keluhan nyeri punggung bawah yang penanganannya yaitu dilakukan terapi bekam basah pada titik Azh-zhahr untuk mengurangi rasa nyerinya.

Berdasarkan fenomena dan permasalahan yang berkembang diatas, maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan riset tentang **“Penerapan Therapy Bekam Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Ny.J di Rumah Sehat Zein Holistic Therapy Kota Makassar”**.

A. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran penerapan terapi bekam dengan keluhan nyeri punggung bawah pada Ny.J di rumah sehat Zein holistic therapy Kota Makassar?

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui penerapan terapi bekam dengan keluhan nyeri punggung bawah pada Ny.J di rumah sehat Zein holistic theraphy Kota Makassar

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk melakukan pengkajian keperawatan penerapan terapi bekam dengan keluhan nyeri punggung bawah pada Ny.J di rumah sehat Zein holistic theraphy Kota Makassar
- b. Untuk merumuskan diagnosa keperawatan penerapan terapi bekam dengan keluhan nyeri punggung bawah pada Ny.J di rumah sehat Zein holistic theraphy Kota Makassar
- c. Untuk menyusun intervensi keperawatan penerapan terapi bekam dengan keluhan nyeri punggung bawah pada Ny.J di rumah sehat Zein holistic theraphy Kota Makassar
- d. Untuk mengimplementasikan asuhan keperawatan penerapan terapi bekam dengan keluhan nyeri punggung bawah Ny.J di rumah sehat Zein holistic theraphy Kota Makassar
- e. Untuk melakukan evaluasi keperawatan penerapan terapi bekam dengan keluhan nyeri punggung bawah Ny.J di rumah sehat Zein holistic theraphy Kota Makassar

C. Manfaat Penulisan

1. Institusi pendidikan

Dapat dijadikan sebagai referensi bacaan literature dalam peningkatan mutu pendidikan dan lebih memperkaya pengetahuan dan bahan ajar mengenai penerapan terapi bekam dalam mengatasi penurunan nyeri punggung bawah.

2. Rumah Sehat Zein Holistic

Karya tulis ilmiah ini dapat memberikan informasi tentang penerapan terapi bekam terhadap penurunan nyeri punggung di rumah sehat Zein holistic theraphy Kota Makassar sehingga diharapkan terapi bekam dapat

dijadikan sebagai masukan dan sumber informasi bagi perawat untuk meningkatkan pelayanan keperawatan khususnya perawatan pasien nyeri punggung.

3. Pasien dan keluarga

Karya tulis ilmiah diperlukan dapat menggambarkan penjelasan ekstra untuk pasien dalam menangani nyeri punggung melalui implementasi terapi bekam.

4. Penulis

Karya tulis ilmiah ini dapat memberikan wawasan dan dijadikan masukan bagi penelitian dan pengembangan mahasiswa untuk memajukan topik tersebut.