

BAB IV

PEMBAHASAN

Pada pembahasan kasus ini peneliti akan membahas tentang adanya kesesuaian teori dan hasil intervensi, implementasi, dan evaluasi yang dianalisis yaitu dengan pengaruh terapi bekam terhadap penurunan nyeri pada pasien low back pain dimana intervensi tersebut diharapkan dapat menurunkan nyeri. Pada tahap intervensi atau perencanaan, peneliti memberikan intervensi keperawatan kepada pasien dengan masalah keperawatan nyeri akut akibat low back pain yang kemudian ditangani melalui pemberian terapi bekam basah di rumah sehat zein holistic therapy kota makassar.

Setelah penetapan diagnosa keperawatan yaitu nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik maka intervensi yang diterapkan yaitu, tindakan terapeutik nonfarmakologis berupa terapi bekam basah, langkah pertama yaitu dengan melepaskan pakaian pasien sesuai area yang akan dibekam yaitu pada titik Azh-zhahr dan Al warik. Menurut Kasmui (2017) Posisi Azh-Zhahr ada dibagian punggung bebas sesuai keluhan. (Dengan rekomendasi 8 titik di kiri kanan 2 jari sebelah luar tulang belakang). 8 titik pad Azh-Zhahr yaitu : Azh Zahrul A'la (Belikat), Azh Zahrul Washati (organ liver dan lambung), Al Qothanul Alawi (Lumbal 1 dan 2), Al Qothanul Sufla (sacrum 1). Titik ini bermanfaat untuk mengatasi gangguan jantung, sesak napas, nyeri punggung atas dan bawah, HNP. Sedangkan Posisi Al-Warik ada dibagian pinggul kiri dan kanan atau dipertemuan otot gluteas maximus, dengan gluteus medius bawah kiri dan knana. Ttitik ini bermanfaat untuk masalah gangguan ginjal, sakit pienggang, haid tidak lancar, susah buang air kecil.

Langkah selanjutnya adalah terlebih dahulu mengoleskan minyak zaitun dan dilakukan pijat (massage) untuk mengurangi kekakuan otot dan meningkatkan sirkulasi darah. Bekam yang pertama dilakukan yaitu bekam luncur, yang dimana tujuannya untuk merelaksasikan otot. Setelah dibekam luncur kemudian dilakukan pengekopan bekam kering pada titik

yang telah ditentukan dan diamkan selama 5 menit. dengan frekuensi pelaksanaan bekam kering kurang lebih 3 kali. Selain itu, pasien juga di stretching atau peregangan yang dimana bertujuan untuk membuat otot lebih lentur, membantu mengurangi nyeri dan ketegangan pada otot serta memperbaiki postur tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Muwarni dkk (2022) yang melakukan terapi bekam berdasarkan SOP (Standar Operasional Prosedur) yang dikeluarkan oleh PBI (Persatuan Bekam Indoneisa) yaitu pada titik titik Azh-zhahr dan Al warik (Murwani et al., 2022). Setelah intervensi, pasien mengatakan bahwa tubuhnya terasa lebih rileks, nyaman dan nyeri yang dirasakan menurun dari skala 6 menjadi 4 dari 10. Pasien juga merasa pergerakan tubuh, terutama pada bagian punggung, menjadi lebih leluasa dibandingkan sebelumnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andri Praja Satria et al. (2023) bahwa terapi bekam terbukti secara signifikan mampu menurunkan intensitas nyeri punggung atas maupun bawah pada orang dewasa. Yang menjelaskan bahwa bekam berkontribusi dalam mengurangi rasa nyeri melalui mekanisme peningkatan sirkulasi darah lokal dan relaksasi otot, serta memiliki efek psikologis positif seperti meningkatkan rasa nyaman dan kualitas hidup pasien (Satria et al., 2023). Selanjutnya, penelitian oleh Fajarina Lathu Asmarani & Luh Gede Rinika Sancitadewi (2019) Mereka menemukan adanya penurunan signifikan skala nyeri dari median 5 menjadi 1 setelah pemberian bekam, baik kering maupun basah, pada pasien dengan keluhan nyeri otot. Mekanisme bekam dipercaya dapat mengeluarkan mediator inflamasi seperti prostaglandin, sitokin, dan substansi P yang berperan dalam proses nyeri (Asmarani et al., 2019).

Selain tindakan fisik, dilakukan pula kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri. Pasien dianjurkan untuk menghindari aktivitas berat, menjaga postur tubuh saat beraktivitas dan tidur, serta disarankan menggunakan bantal pendukung saat beristirahat agar posisi pinggang lebih optimal.

Hal ini diperkuat oleh penelitian oleh Muti Qurnia dan Arum Dwi Anjani (2023) yang menekankan pentingnya edukasi postur dan penggunaan bantal penopang saat tidur sebagai bagian dari manajemen low back pain. Pasien dianjurkan tidur miring ke kiri, duduk dengan posisi punggung tegak, serta

menghindari berdiri atau duduk terlalu lama. Upaya kontrol lingkungan tersebut mendukung hasil terapi fisik yang diberikan. Kombinasi dari edukasi, modifikasi gaya hidup, dan intervensi langsung seperti bekam dan pijatan memberikan pendekatan holistik terhadap manajemen nyeri, yang berdampak pada peningkatan kenyamanan, pergerakan tubuh, dan kualitas tidur pasien (Muti Qurnia & Arum Dwi Anjani, 2024). Pasien juga diedukasi mengenai strategi meredakan nyeri, seperti penggunaan kompres hangat, terapi bekam, peregangan otot secara rutin dan istirahat yang cukup.

Pemberian edukasi mengenai terapi bekam sebagai metode komplementer sejalan dengan penelitian oleh Khoirul Latifin et al. (2024) yang menyatakan bahwa edukasi bekam mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pemanfaatan terapi komplementer dalam meredakan nyeri. Dalam kegiatan edukatif tersebut, masyarakat dilatih untuk melakukan bekam mandiri secara aman di rumah dan hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan minat terhadap praktik bekam sebagai pengelolaan nyeri nonfarmakologis (Latifin et al., 2024). Pasien juga dianjurkan melakukan peregangan otot (stretching) secara rutin, yang terbukti menurunkan intensitas nyeri otot. Hal ini diperkuat oleh penelitian Fitria Mulyani et al. (2023) yang menunjukkan bahwa pemberian teknik stretching mampu menurunkan keluhan nyeri otot bahu (myalgia) secara signifikan. Dalam penelitian tersebut, sebanyak 78,9% responden mengalami penurunan dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan setelah dilakukan latihan stretching selama 10 menit. Stretching membantu meningkatkan fleksibilitas otot, memperlancar sirkulasi darah, mengurangi spasme otot dan memperbaiki metabolisme otot (Mulyani et al., 2023) . Setelah dilakukan intervensi secara subjektif, evaluasi hari pertama pada tanggal 12 Agustus 2025 Pukul 15:20 WITA pasien menyatakan bahwa nyeri yang dirasakan di area punggung bawah sudah mulai berkurang setelah dilakukan terapi bekam. Skala nyeri pasien menurun dari 4 menjadi 2 berdasarkan penilaian Numerical Rating Scale (NRS). Ia juga mengaku merasa lebih nyaman dalam bergerak, khususnya saat melakukan aktivitas seperti duduk dan bangkit berdiri, meskipun nyeri belum sepenuhnya hilang tapi nyeri jauh lebih berkurang dibandingkan sebelum dilakukan intervensi. Selain itu, pasien menunjukkan motivasi untuk melanjutkan latihan peregangan secara

mandiri guna mencegah kambuhnya nyeri. Secara objektif, Pasien juga tidak lagi menunjukkan sikap protektif seperti berhati-hati saat berjalan. Rentang gerak pasien tampak meningkat, meskipun masih sedikit terbatas. Tidak ditemukan adanya tanda-tanda nyeri berat atau efek samping setelah dilakukan bekam dan massage. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan memberikan dampak positif dalam menurunkan nyeri serta meningkatkan kenyamanan pada pasien.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terapi bekam memiliki kontribusi signifikan terhadap penurunan nyeri, peningkatan fungsi gerak, serta memberikan rasa nyaman bagi pasien. Efek ini tidak hanya terlihat dari penurunan skala nyeri yang terukur, tetapi juga dari perubahan perilaku pasien terhadap nyeri yang dialami. Hasil ini sejalan dengan temuan Wardhana et al. (2024) yang melaporkan penurunan skala nyeri dari 5 menjadi 3 setelah satu kali sesi terapi bekam. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terapi bekam memberikan efek analgesik melalui mekanisme pengeluaran toksin, peningkatan sirkulasi darah lokal, dan stimulasi sistem saraf yang menghasilkan efek relaksasi dan antiinflamasi (Wardhana et al., 2020). Lebih lanjut, literatur review oleh Al-Shidhani dan Al-Mahrezi (2020) menegaskan bahwa terapi bekam memiliki efektivitas dalam penanganan nyeri muskuloskeletal, seperti low back pain.

Beberapa teori yang menjelaskan mekanisme kerja bekam dalam meredakan nyeri antara lain adalah pain-gate theory dan conditioned pain modulation. Teori ini menyatakan bahwa tekanan negatif dari bekam mampu merangsang serabut saraf besar, yang kemudian menghambat transmisi sinyal nyeri ke otak, sehingga persepsi nyeri berkurang (Al-Shidhani & Al-Mahrezi, 2020). Terapi bekam juga dinilai aman secara klinis jika dilakukan dengan teknik dan kebersihan yang sesuai, serta tidak menimbulkan efek samping serius selain efek ringan seperti kemerahan atau memar yang sifatnya sementara. Dalam kasus ini, tidak ditemukan efek samping apapun, yang memperkuat temuan dari penelitian-penelitian sebelumnya mengenai keamanan dan efektivitas terapi bekam dalam manajemen nyeri.

