

## PENERAPAN TERAPI BEKAM BASAH PADA NY. H DALAM MENURUNKAN SKALA NYERI PASIEN LOW BACK PAIN DI KLINIK ZEIN HOLISTIC THERAPY

Sarmila<sup>1</sup>, H. Samsualam<sup>2</sup>, Eliati Paturungi<sup>3</sup>, Sunarti<sup>4</sup>

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Kesehatan Masyarakat,  
Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

e-mail: [sarmila22354@gmail.com](mailto:sarmila22354@gmail.com)

### Abstrak

Terapi bekam basah merupakan metode komplementer yang digunakan untuk meredakan nyeri melalui peningkatan sirkulasi darah, relaksasi jaringan, dan pengurangan mediator inflamasi. Laporan kasus ini menggambarkan penerapan terapi bekam basah pada Ny. H dengan keluhan low back pain. Setelah intervensi dilakukan, ditemukan penurunan intensitas nyeri dan peningkatan kenyamanan pasien. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi bekam basah memiliki potensi sebagai pilihan intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam manajemen nyeri punggung bawah.

**Kata Kunci:** terapi bekam basah, nyeri punggung bawah, terapi komplementer.

### Abstract

*Wet cupping is a complementary method widely applied to alleviate pain by enhancing circulation, relaxing tissues, and reducing inflammatory mediators. This case report examines the application of wet cupping in a patient with lower back pain. Post-intervention assessment showed a notable decrease in pain intensity and improved patient comfort, indicating its potential as an effective non-pharmacological option.*

**Keywords:** wet cupping, back pain, complementary therapy.

### 1. Pendahuluan

Keluhan nyeri punggung bawah sering menjadi alasan utama pasien mencari pelayanan kesehatan, terutama pada individu dengan aktivitas fisik berat atau pola hidup yang kurang ergonomis. Faktor emosional seperti stres dan kelelahan mental juga dapat memperberat persepsi nyeri. Dalam konteks pengobatan komplementer, terapi bekam basah telah lama digunakan karena efeknya yang dipercaya mampu memperlancar aliran darah, mengurangi ketegangan otot, dan membantu proses pemulihan. Selain manfaat fisik, terapi ini turut memberikan rasa relaksasi sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis pasien. Selain itu, bukti ilmiah terbaru menunjukkan bahwa perubahan gaya hidup, seperti kurangnya aktivitas fisik dan kebiasaan kerja yang monoton, turut meningkatkan prevalensi nyeri punggung bawah. Faktor hormonal, terutama pada perempuan, juga dapat memengaruhi sensitivitas nyeri dan respons inflamasi. Terapi komplementer seperti bekam basah menjadi pilihan yang banyak diminati karena lebih terjangkau, minim efek samping, serta mudah

diterapkan dalam layanan kesehatan berbasis komunitas. Selain itu, prevalensi nyeri punggung bawah pada populasi dewasa semakin meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup, aktivitas fisik yang kurang, dan tingginya beban kerja. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendekatan komplementer seperti terapi bekam basah dapat memberikan efek fisiologis yang signifikan melalui peningkatan aliran darah lokal dan modulasi respons inflamasi. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi lebih jauh penerapan terapi ini dalam konteks pelayanan keperawatan.

## **2. Metode**

Laporan kasus ini menggunakan pendekatan pemantauan langsung pada Ny. H yang mengalami nyeri punggung bawah. Intervensi bekam basah dilakukan dengan prosedur standar yang meliputi persiapan alat steril, pemasangan cup, penghisapan awal, membuat sayatan superfisial, dan penghisapan ulang. Intensitas nyeri dievaluasi menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) sebelum dan setelah tindakan untuk melihat perubahannya.

## **3. Hasil**

Pasien awalnya melaporkan intensitas nyeri yang cukup mengganggu aktivitas hariannya. Setelah diberikan satu sesi terapi bekam basah, terjadi penurunan skala nyeri yang signifikan. Pasien juga mengungkapkan adanya perasaan lebih ringan pada area punggung serta peningkatan kemampuan untuk melakukan gerakan seperti membungkuk dan bangun dari posisi duduk. Tidak terdapat reaksi samping berarti selain kemerahan lokal yang merupakan respons normal pascaterapi. Pengamatan lanjutan setelah beberapa menit pascaintervensi juga mengungkapkan bahwa pasien mengalami peningkatan stabilitas postural serta kemampuan untuk melakukan aktivitas ringan tanpa keluhan nyeri tajam. Respons relaksasi pasien tampak melalui pernapasan yang lebih teratur dan penurunan ketegangan wajah.

## **4. Pembahasan**

Penurunan tingkat nyeri pada kasus ini sejalan dengan teori fisiologis yang menyatakan bahwa bekam basah dapat meningkatkan aliran darah lokal, memfasilitasi detoksifikasi jaringan, dan menurunkan mediatori inflamasi. Peningkatan perfusi jaringan berkontribusi pada relaksasi otot dan peningkatan suplai oksigen, sehingga membantu mengurangi rasa nyeri. Selain itu, rangsangan negatif pada permukaan kulit ketika dilakukan bekam berpotensi memicu pelepasan endorfin yang berperan sebagai analgesik alami. Hal ini mendukung temuan penelitian sebelumnya yang menyoroti efektivitas terapi komplementer dalam mengatasi nyeri muskuloskeletal. Beberapa

literatur menegaskan bahwa bekam basah mampu meningkatkan aktivasi jalur analgesik endogen melalui stimulasi reseptor mekanik pada jaringan superfisial. Selain itu, peningkatan mikrosirkulasi berkontribusi pada perbaikan nutrisi seluler yang mempercepat proses regenerasi jaringan. Efek relaksasi yang ditimbulkan juga membantu menurunkan tonus otot, sehingga terapi ini dianggap efektif pada keluhan yang berkaitan dengan spasme atau ketegangan otot. Temuan ini sejalan dengan studi-studi sebelumnya yang melaporkan bahwa terapi bekam basah dapat menurunkan mediator inflamasi seperti prostaglandin dan sitokin proinflamasi, yang berperan dalam persepsi nyeri. Mekanisme kerja terapi ini juga berkaitan dengan stimulasi reseptor mekanik pada permukaan kulit yang kemudian memicu pelepasan endorfin sebagai analgesik alami. Dengan demikian, terapi bekam basah berpotensi menjadi alternatif nonfarmakologis yang efektif dan dapat dipadukan dengan intervensi keperawatan lainnya.

## 5. Kesimpulan

Terapi bekam basah menunjukkan hasil positif dalam membantu menurunkan intensitas nyeri pada Ny. H. Selain memberikan manfaat fisiologis pada jaringan otot, terapi ini juga memberikan efek relaksasi yang mendukung pemulihan. Intervensi ini dapat dipertimbangkan sebagai pendekatan komplementer yang aman dan efektif, terutama bagi pasien dengan keluhan nyeri punggung bawah. Penelitian lanjutan tetap diperlukan untuk memperkuat bukti klinis mengenai efektivitasnya. Dengan hasil yang diperoleh, penting bagi tenaga kesehatan untuk mempertimbangkan integrasi terapi komplementer seperti bekam basah dalam praktik klinis, terutama untuk kasus nyeri musculoskeletal. Implementasi yang tepat dan terstandar dapat meningkatkan kualitas pelayanan serta memberikan alternatif terapi yang aman bagi pasien.

## Daftar Pustaka

- Farhadi, K. et al. (2009). The effectiveness of cupping therapy for low back pain.
- Al-Bedah, A. et al. (2016). Clinical efficacy of cupping therapy in pain management.
- Rahman, T. (2021). Complementary therapies for musculoskeletal pain.
- Putri, S. & Aditya, H. (2020). Traditional cupping practice and modern therapeutic applications.
- Hassan, R. (2022). Physiological responses to cupping therapy.
- Zainuddin, F. & Mahmud, R. (2021). Non-pharmacological approaches in managing chronic pain.