

TERAPI BEKAM TITIK RUKBAH PADA NYERI SENDI LUTUT LANSIA DI PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA JEMBER

Puji Setyo Wahyudi¹, Wahyudi Widada², Muhammad Shodikin³

¹Perawat Rumah Sakit Jember

²Dosen Prodi Keperawatan Fikes Universitas Muhammadiyah Jember

³Perawat Rumah Sakit dr. Soebandi Jember

Email: wahyudiwidada@unmuhjember.ac.id

ABSTRAK

Nyeri merupakan perasaan tidak menyenangkan dari ringan, sedang, & berat. Nyeri sendi lutut merupakan nyeri yang dirasakan pada bagian lutut yang menyebabkan seseorang tidak dapat melakukan aktivitas dengan nyaman. Salah satu cara mengatasi nyeri sendi lutut yaitu dengan terapi bekam. Terapi bekam merupakan metode pengobatan dengan cara mengeluarkan darah yang mengandung *Causative Pathological Substances* penyebab nyeri. Pembekaman dilakukan pada titik Rukbah. Metode penelitian ini menggunakan *Pre Experimental design* dengan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Populasi pada penelitian ini adalah lansia yang mengalami nyeri sendi lutut berusia 60-70 tahun berjumlah 32 lansia. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Hasil penelitian didapatkan bahwa skala nyeri sendi lutut sebelum dilakukan terapi bekam titik Rukbah dengan mean 5,93 dan setelah dilakukan terapi bekam titik Rukbah dengan mean 4,33. Uji statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* (p value < 0,05), didapatkan p value = 0,001 dimana p value < 0,05 yang artinya ada pengaruh terapi bekam titik Rukbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di PSTW Jember. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pembekaman pada titik Rukbah berpengaruh terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di PSTW Jember. Direkomendasikan agar terapi bekam dapat digunakan pada lansia yang mengalami nyeri sendi lutut di PSTW Jember.

Kata kunci: Lansia, Bekam Basah, Rukbah, Sendi Lutut, Nyeri

Correspondence Author: Wahyudi Widada
Department of Nursing, Faculty, University of Muhammadiyah Jember, Indonesia.
Email: wahyudiwidada@unmuhjember.ac.id

1. PENDAHULUAN

Peningkatan angka harapan hidup dan jumlah populasi lansia memberikan dampak pada pergeseran pola penyakit (transisi epidemiologi) di masyarakat dari penyakit infeksi ke penyakit degeneratif (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2013 dalam Cahyani, 2015). Hal tersebut disebabkan karena adanya penurunan angka kematian, sehingga manusia cenderung akan tetap hidup serta mengalami kondisi-kondisi yang berkaitan dengan penyakit degeneratif dan kronis seiring dengan bertambahnya usia. Dengan meningkatnya jumlah lanjut usia, maka semakin besar pula peluang peningkatan penyakit degeneratif (Hi'miyah dan Martini, 2013 dalam Cahyani, 2015).

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa 40% penduduk dunia yang berusia lebih dari 70 tahun akan menderita nyeri sendi lutut. Dari jumlah tersebut, 80% diantaranya mengalami keterbatasan gerak (Anas, 2013). Adanya nyeri sendi lutut menyebabkan seseorang takut melakukan aktivitas atau gerakan sehingga menurunkan kualitas hidupnya (Marlina, 2015).

Upaya dalam mengurangi rasa nyeri terutama nyeri sendi lutut dapat menggunakan

terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi menurut Mahadewa dan Maliawan dapat dilakukan dengan pemberian analgetik berupa obat anti inflamasi non steroid (NSAID) sampai gejala menghilang (Ramananda, 2014). Namun, pemakaian dalam waktu yang panjang dan terus- menerus dapat menyebabkan efek samping yang membahayakan seperti depresi pernafasan dan sedasi, mual- muntah, konstipasi, adiksi, toleransi serta menyebabkan gangguan pada gastrointestinal.

Terapi non farmakologi salah satunya dapat menggunakan terapi bekam. Menurut Umar (dalam Widada, 2012), terapi bekam merupakan cara pengobatan tradisional yang memiliki prinsip kerja mengeluarkan darah (*blood letting*) di area tertentu, salah satunya di lutut, sehingga dapat menyembuhkan penyakit. Pada pelaksanaan terapi bekam yang dilakukan secara teratur terbukti dapat memberikan efek sebagai antioksidan yaitu menurunkan radikal bebas (Umar, 2008 dalam Febri, 2015). Menurut Yanti (2011), bekam juga bermanfaat dalam menyembuhkan berbagai penyakit, seperti nyeri pada sendi, tulang, dan otot yang salah satunya adalah nyeri sendi lutut.

Berdasarkan studipendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, didapatkan jumlah lanjut usia sebanyak 140 orang, dengan penderita nyeri sendi lutut sebanyak 32 orang. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Terapi Bekam Titik Rukbah pada Nyeri Sendi Lutut Lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember."

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental design* dengan rancangan *one-group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2017 di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Populasi dalam penelitian ini adalah kelompok lanjut usia yang mengalami nyeri sendi lutut di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember yang berjumlah 32 orang, dengan sampel yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan *sample* pada penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar *Numeric Pain Rating Scale*. Pada penelitian ini digunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Apabila $p - value < 0,05$, maka H_1 diterima yang artinya ada pengaruh terapi bekam titik Rukbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

3. HASIL

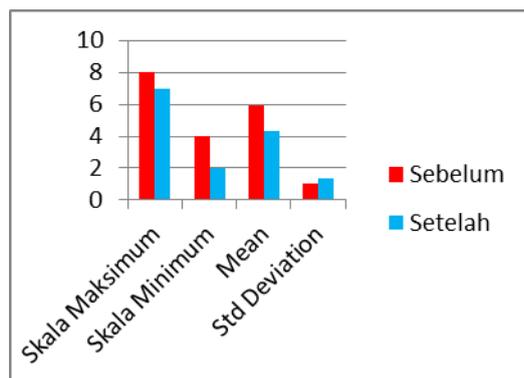
Dari 30 orang subjek penelitian didapatkan jenis kelamin lansia paling banyak adalah laki-laki yaitu sebanyak 19 orang (63,3%) dan perempuan sebanyak 11 orang (36,7%) dan seluruhnya berusia 60-70 tahun. Lansia dengan pendidikan SD memiliki presentase sebesar 46,7% (14 orang), SMP sebesar 6,7% (2 orang), dan lainnya sebesar 46,7% (14 orang).

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa sebelum terapi bekam lansia paling banyak mengalami nyeri sendi lutut pada skala nyeri 6 sebanyak 15 lansia (50%). Dan setelah terapi bekam lansia paling banyak mengalami nyeri sendi lutut pada skala nyeri 4 sebanyak 13 lansia (43,3%).

Tabel 4. Distribusi frekuensi lansia berdasarkan skala nyeri sendi lutut sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam titik Rukbah di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember 2017

Skala Nyeri Sebelum Terapi Bekam	Jumlah Responden	Persentase (%)
Skala nyeri 4	3	10 %
Skala nyeri 5	5	16,7 %
Skala nyeri 6	15	50 %
Skala nyeri 7	5	16,7%
Skala nyeri 8	2	6,7%
Total	30	100%

Skala Nyeri Sebelum Terapi Bekam	Jumlah Responden	Persentase (%)
Skala nyeri 2	2	6.7 %
Skala nyeri 3	5	16.7 %
Skala nyeri 4	13	43.3 %
Skala nyeri 5	4	13.3 %
Skala nyeri 6	3	10 %
Skala nyeri 7	3	10 %
Total	30	100 %



Gambar 1. Distribusi frekuensi lansia berdasarkan pengaruh terapi bekam titik Rukbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember 2017

Dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada *software* SPSS, didapatkan p – $value = 0,001$ dimana p $value < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hipotesa tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi bekam titik Rukbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember.

4. PEMBAHASAN

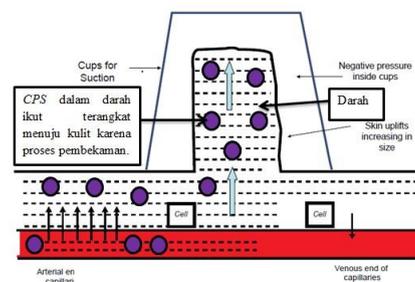
Penuaan merupakan suatu proses alamiah yang tidak dapat dihindari, berjalan terus menerus, dan berkesinambungan. Proses tersebut dapat menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh, sehingga akan memengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Maryam, 2008). Semakin bertambahnya usia, maka semakin rentan mengalami penyakit sendi degeneratif yang akan menyebabkan nyeri sendi lutut (Nugroho, 2015). Nyeri merupakan perasaan tidak nyaman, dari ringan, sedang, maupun

berat yang sangat bersifat subjektif dan hanya orang yang mengalaminya yang dapat menjelaskan dan mengevaluasi perasaan tersebut (Mubarak, 2014).

Lansia dapat mengalami nyeri sendi lutut karena pada sendi lutut terdapat suatu kartilago yang berguna untuk menutup ujung-ujung tulang penyusun sendi dan juga terdapat cairan yang disebut cairan *synovial* terletak diantara tulang- tulang tersebut dan bertindak sebagaibahan pelumas yang mencegah ujung-ujung tulang tersebut bergesekan dan saling mengikis satu sama lain. Pada kondisi kekurangan cairan *synovial* lapisan kartilago yang menutup ujung tulang akan bergesekan satu sama lain. Gesekan tersebut akan membuat lapisan tersebut semakin tipis dan akhirnya akan menimbulkan rasa nyeri (Suhendriyo, 2014).

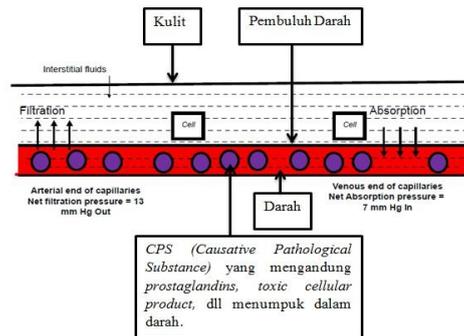
Upaya dalam mengurangi nyeri sendi lutut dapat menggunakan terapi bekam. Terapi Bekam merupakan prosedur ekskresi untukmembersihkan cairan darah daninterstisial yang mengandung sampah metabolisme yaitu *Causative Pathological Substances (CPS)* yang merupakan substansi yang menyebabkan penyakit meliputi *autoantibodies, immune complexes, soluble interleukin-2 receptors, inflammatory mediators, certain cytokines, prostaglandins, toxic cellular products*. Dan bertujuan untuk meningkatkan filtrasi pada kedua ujung kapiler serta mengembalikan fisiologi dan homeostasis (El Sayed, 2013).

Pada proses pembekaman terjadi kerusakan pada kulit sehingga terjadi pelepasan beberapa zat seperti *serotonin, histamin, bradikinin, slow reacting substance*, serta zat-zat lain yang belum diketahui. Zat-zat ini menyebabkan terjadinya dilatasikapiler dan arterioler, serta *flare reaction* pada daerah yang dibekam. Pembekaman di kulit akan menstimulasi kekuatan sarafpermukaan kulit yang akan dilanjutkan pada *cornu posterior medulla spinalis* melalui saraf A- delta dan C, serta *traktusspinothalamicus* ke arah *thalamus* yang akan menghasilkan *endorphin*(Umar, 2012).



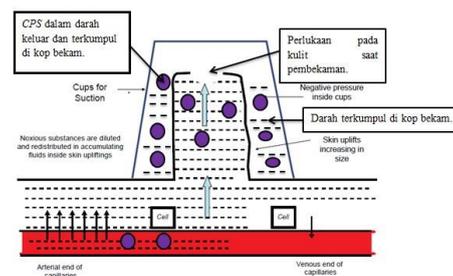
Gambar 2. Proses Pembekaman
(Diadopsi dari El Sayed, 2013).

Pada gambar 2 divisualkan keadaan kulit dan pembuluh darah sebelum dilakukan terapi bekam. Di dalam pembuluh darah terdapat banyak sampah metabolisme yang disebut *CPS* yang mengandung zat algogen salah satunya seperti prostaglandins yang dapat meningkatkan sensitifitas *nosiceptor* sehingga menimbulkan nyeri.



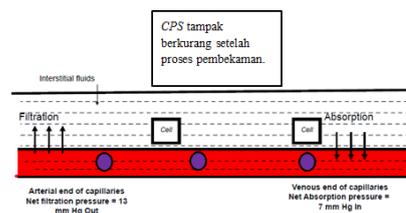
Gambar 3. Proses Pembekaman (Diadopsi dari El Sayed, 2013).

Pada gambar 3 ditunjukkan visualisasi terapi bekam kering tanpa ada perlukaan. Keadaan kulit mulai terangkat karena adanya tekanan pada kop bekam. Selain itu darah dan CPS juga mulai terangkat menuju kulit yang dibekam.



Gambar 4. Proses Pembekaman (Diadopsi dari El Sayed, 2013).

Gambar 4 merupakan ilustrasi perlukaan pada kulit yang dibekam. Darah dan CPS yang terkandung didalamnya keluar dan memenuhi kop bekam.



Gambar 5. Proses Pembekaman (Diadopsi dari El Sayed, 2013).

Gambar 5 merupakan keadaan kulit setelah proses pembekaman. Bila dibandingkan dengan gambar 1, kandungan CPS dalam darah pada Gambar 4 tampak berkurang.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan pada pembahasan di atas, didapatkan kesimpulan bahwa nyeri sendi lutut pada lansia sebelum dilakukan terapi bekam titik *Rukbah* di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember didapatkan nilai rerata 5,93. Nyeri sendi lutut pada lansia setelah dilakukan terapi

bekam titik *Rukbah* di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember rerata adalah 4,33. Ada pengaruh terapi bekam titik Rukbah terhadap nyeri sendi lutut pada lansia di Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. Berdasarkan pada penelitian ini, peneliti berharap pada penelitian selanjutnya dapat dilakukan penelitian serupa dengan memilah penyebab dan lamanya menderita nyeri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas, Raoza Analis. (2013). *Penambahan Tehnik Roll Slide Mobilisation Pada Penerapan Us Lebih Meningkatkan Fungsi Anatomi Lutut Pada Kondisi Osteoarthritis Lutut*.
- Cahyani, S. T. (2015). *Perilaku Pencarian Pengobatan Lansia Penderita Penyakit Degeneratif (Studi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangduren, Kecamatan Balung, Kabupaten Jember)*.
- Febri, M. Amrizal. (2015). *Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Nyeri Kepala Tipe Tegang Pada Dewasa Muda Di Desa Sukorejo Kecamatan Bangorejo Kabupaten Banyuwangi*, Vol.1, 3.
- Marlina, T. T.. *Efektivitas Latihan Lutut Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Osteoarthritis Lutut di Yogyakarta*, Vol.2(1), 45.
- Maryam, R. Siti. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mubarak, W. I., & Chayatin, N. (2014). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia Teori & Aplikasi dalam Praktik*. Jakarta: EGC.
- Nugroho, W. (2015). *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. (Edisi 3). Jakarta: EGC.
- Ramananda, G. A. (2014). *Pengaruh Terapi Bekam Kering Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Dengan Low Back Pain*.
- Sayed, El., Mahmoud., & Nabo. (2013). *Medical and Scientific Bases of Wet Cupping Therapy (Al-hijamah): in Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine*, Vol.2(5), 1.
- Suhendriyo. (2014). *Pengaruh Senam Rematik Terhadap Pengurangan Rasa Nyeri Pada Penderita Osteoarthritis Lutut Di Karangasem Surakarta*, Vol.3(1), 2.
- Umar, W.. (2012). *Sembuh dengan Satu Titik 2 (7 Bekam untuk Penyakit Kronis)*. Solo: Thibbia.
- Widada, W., & Kurniawan, H. (2012). *Efektifitas Bekam Sebagai Terapi Komplementer Hipertensi Non Farmakologis*, Vol.3(1), 36.
- Yanti, R. F. (2011). *Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Dengan Nyeri Kepala Di Klinik Afiat*.