

**EFEKTIVITAS TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP TITIK KELUHAN  
PADA PENDERITA MYALGIA DI PURI AHC (ARGA HOLISTIK CARE)  
GLENMORE, BANYUWANGI**

***EVIDANCE BASE NURSING***

**Dosen Pembimbing: Ns. Yunita Wahyu Wulansari, S.Kp., M.Kep**



**KELOMPOK 2 :**

Alfiah Hoirotun Nisa	: 21101004
Anisatul Islamiyah	: 21101007
Chofifah Fidiyatul M	: 21101014
Devi Eka Safitri	: 21101016
Rio Albit G	: 21101082

**PROGRAM STUDI PRODI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

**EFEKTIVITAS TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP TITIK KELUHAN  
PADA PENDERITA MYALGIA DI PURI AHC (ARGA HOLISTIK CARE)**

**GLENMORE, BANYUWANGI**

***EVIDENCE BASED PRACTICE***

Disusun Guna Memenuhi Persyaratan Menyelesaikan Pendidikan  
Profesi Ners State Holistik



**KELOMPOK 2 :**

Alfiah Hoirotun Nisa	: 21101004
Anisatul Islamiyah	: 21101007
Chofifah Fidiyatul M	: 21101014
Devi Eka Safitri	: 21101016
Rio Albit G	: 21101082

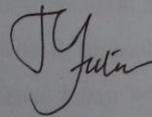
**PROGRAM STUDI PRODI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI JEMBER  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

## LEMBAR PENGESAHAN

Laporan praktik profesi stase Holistik dengan Efektivitas Terapi Bekam Basah Terhadap Titik Keluhan Pada Penderita Myalgia Di Klinik Puri AHC (Arga Holistik Care) Glenmore, Banyuwangi, mahasiswa Program studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.Soebandi Jember mulai tanggal 07 Februari sampai dengan 11 Maret 2021.

Jember, 11 Maret 2022

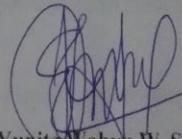
Pembimbing Klinik,



(Bayu Pranata, S.Kep., Ns., Acp)

NIP/NIK.

Pembimbing Akademik,



(Ns. Yunita Wahyu W, S.Kp., M.Kep)

NIK.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmatnya sehingga dapat menyelesaikan laporan *Evidence Base Nursing* ini dapat terselesaikan. Laporan *Evidence Base Nursing* ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan program studi profesi Ners Universitas dr. Soebandi Jember dengan judul “Efektivitas Terapi Bekam Basah Terhadap Titik Keluhan Pada Penderita Myalgia Di Klinik Puri AHC (Arga Holistik Care) Glenmore, Banyuwangi”.

Terselesaikannya laporan ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik materi, moral, maupun spiritual. Oleh karena itu dalam kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Drs. Said Mardijanto, S.Kep., Ns., M.M selaku ketua rektor Universitas dr Soebandi, Jember
2. Ns. Hella Meldy Tursina, S.Kep., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr Soebandi, Jember
3. Ns. Guruh Wirasakti, S.Kep., M.Kep selaku ketua program studi Profesi Ners. Universitas dr Soebandi jember
4. Ns. Yunita Wahyu Wulansari, S.Kp., M.Kep selaku pembimbing akademik Universitas dr Soebandi
5. Ns. Bayu Pranata, S.Kep., Acp selaku pembimbing lahan praktik sekaligus pemilik Klinik Puri AHC (Arga Holistik Care) Glenmore, Banyuwangi

Jember, 11 Maret 2022

Kelompok 2

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM</b> .....	
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	
<b>ABSTRAK</b> .....	
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	
<b>DAFTAR ISI</b> .....	
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	
<b>DAFTAR ISI</b> .....	
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	
1.1 Latar Belakang .....	
1.2 Rumusan Masalah .....	
1.3 Tujuan Penelitian.....	
1.3.1 Tujuan Umum .....	
1.3.2 Tujuan Khusus.....	
1.4 Manfaat Penelitian.....	
<b>BAB II TINJAUAN TEORI</b> .....	
2.1 Konsep Myalgia .....	
2.1.1 Definisi Myalgia.....	
2.1.2 Etiologi Myalgia.....	
2.1.3 Perjalanan Penyakit Myalgia.....	

2.1.4	Mnifestasi Klinis myalgia .....
2.1.5	Klasifikasi Myalgia .....
2.1.6	Pencegahan Dan Pengobatan Myalgia .....
2.2	Konsep Bekam .....
2.2.1	Definisi Bekam.....
2.2.2	Jenis Bekam.....
2.2.3	Sejarah Bekam.....
2.2.4	Manfaat Hijamah Untuk Kesehatan .....
2.2.5	Metodologi Terapi Hijamah .....
2.3	Kerangka Konsep .....
2.4	Kerangka Teori.....

**BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....**

3.1	Desain Penelitian.....
3.2	Populasi Penelitian .....
3.2.1	Populasi .....
3.2.2	Sampel.....
3.2.3	Kriteria Inklusi .....
3.2.4	Kriteria Eksklusi.....
3.3	Tempat Penelitian.....
3.4	Waktu Penelitian .....
3.5	Definisi Operasional.....
3.6	Pengumpulan Data .....
3.6.1	Sumber Data.....
3.6.2	Teknik Pengumpulan Data .....
3.6.3	Alat dan Instrumen .....
3.7	Pengolahan dan Analisa Data.....

3.7.1 Pengolahan .....	
3.7.2 Analisa Data .....	
3.8 Etika Penelitian.....	
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	
4.1 Hasil.....	
4.1.1 Distribusi Responden B. Jenis Kelamin .....	
4.1.2 Distribusi Responde B. Usia .....	
4.1.3 Distribusi Sebelum di lakukan Terapi .....	
4.1.4 Distribusi Setelah dilakukan Terapi .....	
4.1.5 Distribusi Sebelum dan Setelah Terapi .....	
<b>BAB V .....</b>	
5.1 Identifikasi sebelum terapi .....	
5.2 Identifikasi setelah terapi.....	
5.3 Identifikasi sebelum dan Sesudah terapi .....	
<b>BAB VI PENUTUP</b>	
6.1 Kesimpulan .....	
6.2 Saran.....	
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Myalgia atau nyeri otot termasuk salah satu keluhan yang cukup sering diderita manusia. Myalgia atau nyeri otot merupakan gejala dari banyak penyakit dan gangguan pada tubuh. Penyebab umum myalgia adalah penggunaan otot yang terlalu tegang. Pemakaian otot yang berlebihan dapat mengakhibatkan otot-otot yang digunakan mengalami kekurangan oksigen, sehingga terjadi suatu proses oksidasi anaerob yang menghasilkan asam laktat. Asam laktat inilah yang akan menimbulkan rasa pegal atau nyeri.

Myalgia dapat dialami dalam waktu singkat, misalnya otot kram, atau berlanjut sampai berhari-hari, bahkan beberapa bulan atau menahun dapat mengganggu penderita karena intensitas yang berfluktuasi. Penyakit ini tidak mengancam aktivitas hidup penderita, namun bila timbul terus menerus dapat menyebabkan penderita menjadi frustrasi karena bisa saja menjadi hambatan dalam hal bekerja maupun aktivitas harian lainnya yang ada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup penderita (Muttaqin,2008).

Penelitian yang dilakukan Khan (2018), menjelaskan bahwa spasme servikal dan nyeri upper trapezius merupakan salah satu penyakit Muskuloskeletal umum dengan 30%-50% setiap orang pertahun pernah mengalaminya. Anzar (2016) juga menyatakan, pengangkut barang di pertokoan daerah Poloali Sulawesi Selatan terdapat pekerja yang menderita nyeri punggung sebesar 25 pekerja (96,4%) sedangkan yang tidak terdapat 4 Pekerja (28,6%). Penelitian yang dilakukan Khastuti (2013) menyatakan dari

239 pekerja disalah satu perusahaan di Yogyakarta, 49 pekerja mengalami nyeri otot (19,7%), 27 pekerja mengeluh nyeri dan kaku sendi (11,3%) dan 10 pekerja mengeluh lelah atau lesu 4,2%. Frasetio (2014) menyatakan bahwa buruh kerja disalahsatu pabrik tembakau di jember memiliki aktivitas kerja adalah membawa atau memindahkan beberapa tumpuk tembakau dari satu tempat ke tempat lain secara berulang. Dampaknya adalah 6 dari 10 orang buruh kerja di tempat tersebut mengalami nyeri punggung hingga bahu. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013, Proporsi rumah tangga yang memanfaatkan pelayanan kesehatan tradisional sebesar 30,4% dengan jenis pelayanan yang paling banyak digunakan adalah keterampilan tanpa alat sebesar 77,8% dan ramuan sebesar 49%, keterampilan dengan alat 7,1% dan keterampilan dengan pikiran 2,6% (Yankestrad,2017)

Pengkajian yang tepat akurat tentang nyeri sangat diperlukan upaya untuk mencari solusi yang tepat untuk menanganinya, untuk itu pengkajian harus selalu dilakukan secara berkesinambungan, sebagai upaya mencari gambaran yang terbaru dari nyeri pada area terapezius yang dirasakan oleh klien. Praktek keperawatan dilaksanakan melalui kegiatan pelaksanaan asuhan keperawatan berupa upaya promotif, preventif, pemulihan dan pemberdayaan masyarakat serta pelaksanaan tindakan keperawatan komplementer. Terapi komplementer dan alternatif untuk mengtasi nyeri adalah terapi bekam.

Bekam merupakan cara pengobatan tradisional yang memiliki prinsip kerja mengeluarkan darah di area tertentu di punggung, sehingga dapat menyembuhkan penyakit ( Widada, 2011). Bekam merupakan suatu metode pengobatan klasik yang telah digunakan dalam perawatan dan pengobatan

berbagai masalah kesehatan seperti Hipertensi, Penyakit Reumatik, Sakit punggung, Migrain, Gelisah/Ansietas dan masalah fisik umum maupun mental (Umar,2008).

Bekam merupakan salah satu sistem pengobatan Nabi (*Thibbun Nabawi*). Ia merupakan istilah Melayu berarti pelepasan darah. Dalam bahasa Arab disebut sebagai *Al-Hijamah* yaitu suatu prosedur pembersihan darah dengan mengeluarkan sisa toksik dari badan dengan cara di kop. Adapun hadist yang memerintahkan kita untuk berbekam: Telah bersabda Rasulullah SAW “*Tidaklah aku melewati sekelompok malaikat pada malam aku di isra`kan kecuali mereka berkata, Wahai Muhammad, perintahkan umatmu supaya berbekam*”. (HR. Bazzar dari Ibnu Abas dan Tirmidzi dari Ibnu Mas’ud. Disahihkan oleh Syaikh Muhammad Nashirudin Albani dalam Sahihul Jami’. Diriwayatkan pula oleh para imam yang lain dari beberapa sahabat) (Sharaf, 2012).

Terapi bekam tidak menimbulkan efek samping yang berat hanya dapat menimbulkan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh adanya bekas pengekupan dan tusukan jarum/sayatan di kulit, namun bekas di kulit akan hilang dalam waktu 2-3 hari, sehingga terapi bekam sangat aman untuk dilakukan. Hasil eksperimen dari bekam untuk kasus myalgia adalah baik. Hasil dari bekam tersebut akan terlihat sejak awal terapi. Baik itu bekam basah ataupun kering.. Berdasarkan pada penjelasan tersebut, peneliti akan melakukan penelitian terkait pengaruh terapi bekam basah terhadap titik keluhan pada penderita myalgia.

## **1.2 Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan pada penelitian ini adalah bagaimana efektifitas pemberian terapi bekam basah terhadap penderita myalgia?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

#### **1 Tujuan Umum**

Mengetahui efektivitas terapi bekam pada pengobatan penderita Myalgia di Holistic Care perawat mandiri Ns. Bayu Pranata yang meliputi pemberian Terapi Komplementer yaitu (Terapi Bekam) pada titik wajib dan sesuai keluhan responden.

#### **2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengidentifikasi skala Nyeri responden sebelum dilakukan terapi bekam
- 2) Mengidentifikasi skala Nyeri responden sesudah dilakukan terapi bekam
- 3) Menganalisis efektivitas pemberian terapi bekam titik wajib (sesuai keluhan responden) sesudah diberikan terapi bekam.

## **1.4 Manfaat penelitian**

Manfaat penelitian diharapkan dari dilakukannya penelitian ini adalah :

1. Memberikan informasi bahwa terapi bekam basah merupakan salah satu terapi komplementer untuk menangani myalgia
2. Meningkatkan pengetahuan mengenai respon tubuh terhadap penderita myalia terapi bekam basah.

## **BAB 2**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **2.1 MYALGIA**

##### **2.1.1 Pengertian Myalgia**

Myalgia (nyeri otot) merupakan suatu keadaan dimana badan terasa pegal-pegal, mulai diakibatkan oleh olahraga yang menyebabkan tubuh meregang terlalu banyak. Myalgia yang terjadi tanpa riwayat trauma mungkin disebabkan oleh infeksi virus. Nyeri otot (myalgia) merupakan suatu istilah umum untuk suatu gejala yang disebabkan berbagai kelainan dan kondisi medis. Myalgia dapat terjadi pada suatu otot atau pada group otot seperti pada leher (Weny, 2010).

##### **2.1.2 Etiologi Myalgia**

Secara umum myalgia (nyeri otot) dapat disebabkan oleh hal-hal sebagai berikut :

- a. Overuse (Berlebihan) Myalgia (nyeri otot) disebabkan oleh kerusakan mikro yang terjadi dalam sel-sel otot itu sendiri. Hal ini terjadi ketika melakukan beberapa aktivitas dimana otot sebelumnya jarang digunakan tiba-tiba harus melakukan kerja yang jauh lebih berat daripada biasanya (Douglas, 2014)
- b. Injury (Cedera) Myalgia (nyeri otot) disebabkan oleh gangguan ultrastruktural dari myoflaments, terutama karena kerusakan jaringan ikat otot itu sendiri. Biopsi otot yang diambil sehari setelah latihan keras sering menunjukkan perdarahan dari filamen yang mengikat serat otot tersebut. Rasa sakit kemudian dianggap sebagian besar karena kerusakan pada jaringan ikat, yang pada gilirannya meningkatkan sensitivitas nociceptora otot tersebut (reseptor nyeri), hal ini kemudian menyebabkan rasa sakit

pada saat otot-otot tersebut sedang digunakan. Ujung 7 saraf nociceptora pada otot dan jaringan lain dilengkapi dengan banyak reseptor endogen nyeri. Salah satunya adalah purinergic reseptor yang diaktivasi oleh adenosin tripospat (ATP) dan vaniloid reseptor yang sensitif terhadap penurunan pH. Reseptor purinergik di aktivitasi oleh kerusakan jaringan yang disebabkan nekrosis sel yang diikuti pelepasan ATP. pH yang rendah terdapat pada banyak kondisi patologis seperti iskemia dan inflamasi. Pada level modull ar dan spiral lesi pada nyeri otot merangsang perubahan neuroplastik yang menghasilkan hyprexcicitability dan hiperaktivitas neuron nociceptive. Keadaan tersebut menyebabkan nyeri spontan dan hiperalgensia pada pasien. Transmisi dari myalgia akut menjadi kronis ketika terjadi perubahan fungsional dan stuktural. Pasien dengan perubahan morfologi dari sistem norciceptive sulit disembuhkan karena dibutuhkan waktu (Mayoclinic,2014).

- c. Autoimmune (Autoimun) Myalgia akibat penyakit autoimun. Penyakit autoimun seperti rhumotoid arthritis dan lupus merupakan kondisi dimana sistem imun menyerang jaringan/ organ tubuh. Selain myalgia, penyakit autoimun umumnya juga disertai gejala berupa nyeri tekan paada otot, kehilangan massa otot dan ruam yang tidak kembali ke keadaan normal (Sambrook,2007).
- d. Wihdrawal Syndrome (Sindrom Penarikan) Myalgia yang disebabkan karena gangguan tidur, individu yang mengalami gangguan tidur sering kali mengalami nyero otot. Gangguan tidur dan nyeri otot yang menyertainya mungkin disebabkan oleh ansietas temporer akibat situasi yang

menimbulkan stress, atau bisa karena kebisingan, tidak ada yang perlu dikhawatirkan selama tidak ada gejala lain yang menyertai myalgia tersebut atau 8 jika nyerinya tidak juga menghilang setelah beberapa hari namun gangguan tidur yang berkepanjangan dapat mengindikasikan gangguan yang serius seperti depresi yang memerlukan penanganan tenaga profesional. Ketidaksetimbangan hormon mengakhibatkan myalgia (Nusa Pernida III,2002).

- e. Ketidakseimbangan Hormon Ketidakseimbangan hormon terjadi manakala salah satu hormon reproduktif tidak lagi bekerja secara fungsional. Akibatnya, tubuh beralih menggunakan persediaan high-test hormone-nya, adrenalin yang biasanya dipakai untuk mekanisme “Flight ir fight” pada sitiasi darurat. Penyalahgunaan adrenalin secara kronis oleh tubuh akan mengarah kepada berbagai gangguan seprti nyeri otot persistent yang disebut fibromyalgia kronis(Nusa Pernida III, 2002).
- f. Defisiensi Vitamin D Myalgia dapat juga disebabkan oleh diet dan gaya hidup yang tidak sehat. Vitamin memainkan peran penting dalam kesehatan. Vitamin D yang secara alami dapat diperoleh dalam jumlah melimpah dengan berjemur di sinar matahari pagi, turut berperan dalam membantu absorpsi kalsium. Defisiensi vitamin D sering ditemui pada kelompok masyarakat yang sebagian besar melakukan aktivitas didalam ruangan. Vitamin B12 berperan dalam produksi sel darah merah, perkembangan saraf dan metabolisme karbohidrat, lemak serta protein. Vitamin ini banyak ditemukan pada daging, ikan dan produk susu. Keuntungan vitamin tidak hanya dapat menimbulkan terjadinya myalgia,

namun juga mengarah kepada gangguan kesehatan yang lebih serius (Sambrook,2010).

### **2.1.3 Perjalanan Penyakit Myalgia**

Gejala umum nyeri otot ini, disamping rasa sakit adalah pembengkakan pada otot, setelah latihan yang menyebabkan nyeri yang sangat parah, otot tampak lebih besar dari sebelumnya. Namun ini terjadi bukan karena masa otot yang meningkat, tetapi lebih karena otot mengalami peradangan sebagai respon terhadap kerusakan mikroskopis pada otot. Peranan asam laktat pada otot asam laktat sangat penting karena memungkinkan tubuh untuk mengubah glikogen menjadi energi tanpa perlu kehadiran oksigen, seperti glikolisis aerobik normal (proses dimana tubuh menggunakan glikogen untuk energi).

Dengan mengubahnya menjadi asam laktat dan bukannya ATP seperti biasa, ketika tidak ada oksigen yang banyak tersedia, memungkinkan proses glikolisis untuk berlangsung selama beberapa menit, bukan hanya beberapa detik.

Sel-sel otot mengkonversi glikogen menjadi asam laktat ketika tidak ada cukup oksigen untuk mengubahnya menjadi adenosine trifosfat (ATP, asam laktat kemudian dapat digunakan sebagai bahan bakar oleh mitokondria, yang merupakan penghasil energi dalam sel otot

### **2.1.4 Manifestasi Klinis**

Tanda dan gejala myalgia ialah :

1. Nyeri sendi
2. Kekakuan

3. Gejala neurologis (mati rasa, tremor, gangguan penglihatan, telinga berdenging)
4. Kelelahan
5. Ruam

#### 2.1.5 Klasifikasi Myalgia

Beberapa nyeri otot yang kerap terjadi antara lain:

1. Fibromyalgia Fibromyalgia sering disebut dengan rematik otot ialah suatu penyakit yang ditandai dengan nyeri otot yang luas, yang biasa terjadi pada daerah tengkuk, punggung dan pinggang. Biasanya nyeri dirasakan pada area tersebut ada sekitar 11 – 18 titik atau sering disebut sebagai tender poin, dimana titik tersebut akan terasa sangat nyeri bila ditekan namun tidak menjalar. Pada fibromyalgia, 10 penderita biasanya merasakan keluhan lebih dari 3 bulan yang disertai adanya gejala gangguan tidur dan kekakuan pada pagi hari. Sifat nyeri berupa pegal, panas, rasa nyeri seperti terbakar, dapat disertai rasa kesemutan dan baal (kebas). Penyebab penyakit ini masih belum diketahui dengan pasti, tetapi disinyalir berhubungan dengan proses hormonal, sistem kekebalan tubuh dan faktor ketegangan jiwa. Walaupun tidak menyebabkan kematian, penyakit ini penyebab penurunan fungsi yang cukup serius dan menyebabkan penurunan kualitas hidup (Kissel,2014).
2. Myofascial Poin Myofascial Poin adalah suatu penyakit yang mirip fibromyalgia, tetapi perbedaannya terletak pada myofascial poin ditemukan titik nyeri yang lebih sedikit, dan jika ditekan timbul rasa

nyeri yang menjalar ke area tubuh lain. Penyakit ini lebih mudah disembuhkan dengan penanganan yang tepat dibandingkan fibromyalgia. Penyebab penyakit ini terutama disebabkan kesalahan postur atau posisi tubuh dalam waktu lama dan ketegangan emosi (Kissel, 2004).

3. Post exercise muscle soreness Post exercise muscle soreness adalah suatu keluhan yang terjadi sesudah melakukan olah raga. Nyeri timbul pada otot yang banyak melakukan aktivitas saat olahraga, dapat timbul langsung pasca olahraga atau timbul 8-24 jam kemudian yang mencapai puncak nyeri pada 24-72 jam pasca olahraga. Nyeri otot yang timbul beberapa jam sampai beberapa hari pasca olahraga tersebut disebut delayed onset muscle soreness (DOMS).

Penyebab nyeri ini antara lain penumpukan sisa pembakaran atau metabolisme otot yang disebut asam laktat, kekurangan oksigen pada otot yang aktif, serta pengaruh suhu tubuh yang 11 meningkat pada saat olahraga. Biasanya nyeri akan hilang dengan sendirinya setelah 5-7 hari. Jika timbul nyeri tersebut sebaiknya beristirahat dahulu selama beberapa hari. Setelah nyeri hilang dapat mulai dilakukan olah raga dengan intensitas ringan dahulu untuk kemudian ditingkatkan secara bertahap. Perlu diingat untuk selalu melakukan latihan peregangan dan pemanasan sebelum serta sesudah olah raga untuk mencegah terjadinya cedera otot (Kinssel, 2014).

### **2.1.6 Pencegah dan Pengobatan Myalgia**

- a. Penatalaksanaan Medis :

1. Pemberian Analgesik Obat golongan analgesik akan merubah persepsi dan interpretasi nyeri dengan jalan mendepresi sistem saraf pusat pada thalamus dan korteks serebri. Analgesik akan lebih efektif diberikan sebelum pasien merasakan nyeri yang berat dibandingkan setelah mengeluh nyeri. Contoh obat analgesik yakni asam salisilat (non narkotik), morphin (narkotik), dll
  2. Plasebo Merupakan obat yang tidak mengandung komponen dan analgesik seperti gula, larutan garam/normal saline, atau air. Terapi ini dapat menurunkan rasa nyeri, hal ini karena faktor persepsi kepercayaan pasien. (Marilynn, 2010)
- b. Penatalaksanaan Non medis :
1. Rileks dan lembut meregangkan daerah yang terlibat
  2. Mandi air hangat
  3. Pijat
  4. Latihan peregangan harus digunakan sesering mungkin
  5. Olahraga teratur, perlahan-lahan meningkat dari setiap gerakan lembut untuk lebih kuat, dapat membantu mengembalikan otot yang tepat.
  6. Mengurangi aktivitas yang memperkuat timbulnya nyeri
- c. Penatalaksanaan Keperawatan :
1. Monitor gejala cardinal/tanda-tanda vital
  2. Kaji adanya infeksi atau peradangan di sekitar nyeri
  3. Beri rasa aman
  4. Sentuhan therapeutic

Teori ini mengatakan bahwa individu yang sehat mempunyai keseimbangan energy antara tubuh dengan lingkungan luar. Orang sakit berarti ada ketidakseimbangan energi, dengan memberikan sentuhan pada pasien, diharapkan ada transfer energy.

d. Akupressure

Pemberian tekanan pada pusat-pusat nyeri

e. Guided imagery

Meminta pasien berimajinasi membayangkan hal-hal yang menyenangkan, tindakan ini memerlukan suasana dan ruangan yang terang, serta konsentrasi dari pasien

f. Distraksi

Mengalihkan perhatian terhadap nyeri, efektif untuk nyeri ringan sampai sedang.

g. Biofeedback

Terapi perilaku yang dilakukan dengan memberikan individu informasi tentang respon nyeri fisiologis dan cara untuk melatih control volounteer terhadap respon. Terapi ini efektif untuk mengatasi ketegangan otot dan migren dengan cara memasang elektroda pada pelipis.

h. Pencegahan

1. Minum banyak air untuk memenuhi kebutuhan cairan tubuh, terutama bila sering melakukan aktivitas fisik yang menguras tenaga.

2. Lakukan peregangan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas fisik
3. Berolahraga secara rutin untuk menjaga kesehatan otot
4. Lakukan pemanasan dan pendinginan sebelum serta setelah berolahraga.

## **2.2 Bekam**

Bekam merupakan pengobatan yang usianya kurang lebih mencapai hitungan abad. Hingga sampai ke Indonesia, ternyata belum banyak masyarakat yang tahu metode pengobatan ini. Sementara itu belum ada data statistik yang menggambarkan berapa prosentase masyarakat yang tahu dan paham tentang metode pengobatan bekam. Dalam bab ini penulis mencoba untuk menggambarkan beberapa sisi mengenai bekam. Untuk lebih mudah memahami bekam, maka pembahasan akan dimulai dari sejarah, jenis bekam, alat-alat dalam bekam, tata cara berbekam, pembekam, dan beberapa hal tentang bekam lainnya.

### **2.2.1 Jenis Bekam**

Secara umum bekam dapat dilakuakn dengan tiga cara yaitu bekam kering, bekam basah, dan bekam seluncur atau meluncur :

1. Bekam kering (Yasin, 2007, p. 18 dan 69; As sufi, 2006, p. 112-113) yaitu bekam tanpa sayatan atau tusukan yang mengeluarkan darah. Bekam jenis ini hanya memindahkan darah kotor yang menyebabkan penyakit dari tempat yang berpengaruh ke tempat yang kurang berpengaruh atau menurut pendapat lain dapat diartikan

menghisap permukaan kulit dan memijat tempat sekitarnya tanpa mengeluarkan darah kotor. Bekam kering (Fatahillah, 2006, p. 46) digunakan untuk menghilangkan rasa nyeri pada tubuh bagian belakang. Dalam proses pembekaman, bekam kering dilakuakn sebelum permukaan kulit disayat atau ditusuk. Manfaat bekam kering (Yasin, 2007, p. 68; Fatahillah, 2006, p. 47) pada tubuh yaitu meringankan rasa sakit dan mengurangi penumpukan darah, penyakit paru-paru yang kronis, mengobati nephritis, mengatasi radang pada organ bagian dalam (selaput, jantung, urat syaraf atau daerah punggung bawah yang mulai sejajar dari pusar ke bawah dan di sela tulang-tulang dada), menahan derasnya haid dan hidung mimisan, mengatasi masuk angin, pemindahan darah dari pembuluh darah pasien dan manginjeksikannya ke otot paha, serta khusus bagi anak-anak atau siapa saja yang urat nadi mereka sulit ditemukan.

2. Bekam basah (Fatahillah, 2006, p. 43; As sufi, 2006, p. 112) yaitu bekam dengan sayatan atau tusukan dengan mengeluarkan darah statis atau darah kotor. Dengan Manfaat-manfaat (“tutoring and APA,” n.d) sebagai berikut diantaranya membersihkan darah dan meningkatkan aktifitas syaraf tulang belakang, memperbaiki permeabilitas pembuluh darah, menghilangkan kejang-kejang, menghilangkan memar pada otot, asma, pneumonia, dan angina pectoris, penyakit mata dan rabun, gangguan rahim dan berhentinya menstruasi bagi wanita, rematik, sciatica (pegal di pinggang), encok, gangguan tekanan darah arteriosclerosis (pengapuran pembuluh

darah), sakit bahu, dada, dan punggung, malas, lesu, dan banyak tidur, Luka (bisul, jerawat, gatal-gatal pada kulit, dan luka bernanah), radang selaput jantung dan ginjal.

3. Bekam seluncur atau meluncur (Fatahillah, 2006, p. 47) merupakan bekam sebagai pengganti kerokan yang bermanfaat untuk membuang angin, melemaskan otot, dan melancarkan peredaran darah. Metode ini serupa dengan *guasha* (Cina) dan *scrapping* (Inggris).

### **2.2.2 Alat-alat Bekam**

Bekam sebagai metode pengobatan alternatif memiliki alat-alat dalam melakukan proses pengobatan diantaranya (Yasin, 2007, p. 69; Fatahillah, 2006, p. 48-49) sarung tangan (*Rubber gloves*) untuk satu kali pemakaian; *cupping set*, yaitu peralatan yang digunakan untuk menghisap permukaan kulit yang sudah ditentukan; balon karet atau jari medir yang besar, atau kondom<sup>2</sup>; Silet medis (*Blade surgical*) atau pisau bedah yang digunakan satu kali pakai atau pisau cukur yang telah disterilkan, atau jarum (*lancing*) steril (yang biasa di gunakan untuk memeriksa golongan darah), sebagai penyayat atau penusuk yang digunakan sekali pakai; *Lancing device* alat tempat jarum; pengukur tekanan darah dan gula darah; Alkohol, minyak but-but, zaitun, dan minyak habatussauda; serta tisu.

### **2.2.3 Tata Cara Dalam Bekam**

Tata cara dalam melakukan bekam secara umum dapat dilakukan dalam beberapa (Yasin, 2007, p. 70 ) tahap, namun sebelum melakukan tahap-tahap tersebut ada baiknya pembekam mengkondisikan pasien dengan meberikan informasi mengenai segala sesuatu tentang bekam

atau tahapan-tahapan dalam melaksanakan bekam, sehingga pasien tidak kaget dengan tahapan-tahapan yang dilakukan. Terutama pada pasien yang baru melakukan pengobatan ini, karena bisa jadi pasien merasa takut ketika pertama kali melakukan bekam dan ketika darah keluar dari tubuhnya. Mengenai posisi pasien, berbaring dengan bertumpu pada rusuknya dilantai merupakan posisi terbaik khususnya bagi pasien yang merasa takut ketika dilakukan pembekaman, yang memiliki masalah peredaran darah, serta anemia. Namun secara umum bekam dilakukan dalam posisi duduk.

Setelah pasien sudah dikondisikan maka saatnya memulai tahap :

1. *pertama* yaitu mencari titik untuk melakukan pembekaman. Gelas (*cup*) di letakkan tepat diatas titik pada tubuh yang sudah ditentukan, kemudian dilakukan penghisapan sehingga terjadi kehampaan udara pada sebagian besar gelas. Kemudian pada kulit pasien dan jaringan yang terhisap ke dalam gelas, terlihat berbentuk lingkaran. Darah dan beberapa unsur ikut tersedot ke permukaan kulit, sehingga tampak sebagai daerah lingkaran berwarna merah, karena terjadinya pengumpulan darah di tempat tersebut.
2. Tahap *kedua* melakukan bekam kering yaitu gelas dibiarkan berada pada tubuh selama 3-5 menit, setelah itu di cabut. Manfaat dari tahap ini yaitu untuk memindahkan berbagai unsur kotor pada bagian-bagian penting di dalam tubuh (seperti persendian) ke bagian-bagian yang kurang penting (seperti permukaan kulit). Pada bagian ini merupakan bagian anestesi atau membuat kebal titik

tertentu yang selanjutnya dilakukan penyayatan atau tusukan, sehingga ketika penyayatan atau tusukan dilakukan pasien tidak merasakan sakit. Berikut gambar setelah menentukan titik pada tubuh kemudian dilakukan bekam kering dan beberapa titik bekam kering pada tubuh.

3. Tahap *ketiga* melakukan penyayatan atau tusukan. Ketika melakukan penyayatan pertama kali, lebih baik pembekam mengenali karakter kulit pasien, keadaan pembuluh darahnya, dan kondisi-kondisi terkait lainnya. Setelah itu penyayatan dapat dilakukan pada beberapa gelas secara bersamaan. Terdapat ketentuan dalam melakukan penyayatan (penyiletan atau penggoresan ringan) yaitu penyayatan dilakukan pada bagian luar kulit dengan kedalaman sayatan kurang lebih 0,1mm atau melakukan penyayatan ringan. Kedalaman sayatan atau tusukan dapat dilakukan berbeda-beda sesuai dengan penyakit pasien, tetapi tidak dianjurkan sampai mengenai pembuluh darah arteri ataupun vena. Ketentuan panjang sayatan kurang lebih 4mm, banyaknya sekitar 15 sayatan dalam satu titik. Alat yang digunakan sebagai penyayat yaitu dengan menggunakan silet medis tau pisau cukur yang telah disterilkan.
4. Tahap keempat, melakukan bekam basah yang dilakukan setelah penyayatan atau tusukan. Tahap ini dilakukan sekitar 3-5 menit sampai terlihat darah kental, setelah itu gelas dilepaskan secara hati-hati agar darah tidak mengalir di tubuh pasien. Pada kasus tertentu, jika

gelas dibiarkan menempel dikulit dalam jangka lama (10 menit atau lebih) maka dipermukaan kulit akan muncul beberapa gelembung seperti luka bakar. Gelembung-gelembung yang mengandung cairan limfe ini bisa ditusuk, sehingga cairan tersebut dapat dikeluarkan. Namun tidak dianjurkan untuk menghilangkan gelembung-gelembung ini, tetapi sebaiknya diperlakukan sebagaimana luka-luka bakar ringan kemudian darah dibersihkan dengan tisu atau sapu tangan. Bagian tubuh yang disayat di bersihkan dengan pembersih seperti madu, minyak habatussauda, atau alkohol. Bisa juga tempat tersebut dibalut, khusus pada bagian telapak kaki dan pada pasien yang mengidap penyakit diabetes.

#### **2.2.4 Beberapa hal tentang bekam**

##### **1 Waktu Berbekam**

Pada salah satu versi sumber pengobatan, bekam terdapat waktu yang dianjurkan maupun dilarang, hal ini didasari hadist-hadist yang ada dan alasan medis (Yasin, 2007) diantaranya tanggal 17-19-21 setiap bulan hijriyah, pada siang hari jam 2 hingga jam 3, selain hari sabtu dan rabu, ada pula yang menyebutkan hanya hari senin, selasa, dan kamis.

##### **2 Upah Pembekam**

Upah untuk membayar pembekam menjadi salah satu bagian dalam menggambarkan pengobatan bekam. Disatu sisi terdapat beberapa pendapat seputar upah bekam, disisi lain adanya perbedaan realitas ketika itu dengan saat ini. Pada masa itu

pembekam mayoritas berstatus budak yang dimiliki oleh seseorang tua. Budak saat itu wajib memberikan upeti kepada tuannya, sebesar yang sudah ditentukan. Budak yang juga tukang bekam berarti memiliki penghasilan yang lebih, oleh karena itu nabi sering membayarnya dengan melobi tuannya agar upetinya diperingan. Sedangkan saat ini, masyarakat yang berminat menjadi pembekam statisnya mulai beragam. Seperti dokter, mahasiswa, ibu rumah tangga dan lain-lain. Oleh karena itu pembekam sudah bisa dikatakan sebagai profesi, sehingga membayar upah menjadi hal yang lumrah dan wajar.

### 3 Larangan Dalam Berbekam

Beberapa larangan dalam melakukan pembekaman yaitu (Yasin, 2007) : pada pasien fisiknya yang lemah (tua), penderita infeksi kulit yang merata, anak-anak, penderita dehidrasi (kekurangan cairan), penderita kanker darah, pasien yang sering mengalami keguiguran, gangguan jiwa, penderita hepatitis A dan B yang parah (jika kondisinya sudah lebih baik, maka dapat dilakukan pembekaman), pembekaman langsung setelah mandi, pasien yang baru muntah, pasien yang sedang melakukan cuci darah, langsung makan sesudah berbekam atau sebaliknya, memasang gelas bekam diatas urat sendi yang robek, ibu hamil, pasien yang baru memberikan donor darah, pasien yang sedang mengkonsumsi pengencer darah, pasien yang kelelahan diberikan waktu sejenak untuk beristirahat, pasien yang dalam keadaan kenyang dan lapar.

## **2.3 NYERI**

### **2.3.1 Definisi Nyeri**

Nyeri adalah bentuk pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang berhubungan dengan adanya kerusakan jaringan atau cenderung akan terjadi kerusakan jaringan atau suatu keadaan yang menunjukkan kerusakan jaringan. Nyeri adalah sensasi penting bagi tubuh. Provokasi saraf- saraf sensorik nyeri menghasilkan reaksi ketidaknyamanan, distress, atau penderitaan. Penilaian dan pengukuran derajat nyeri sangatlah penting dalam proses diagnosis penyebab nyeri. Dengan penilaian dan pengukuran derajat nyeri dapat dilakukan tata laksana nyeri yang tepat, evaluasi serta perubahan tata laksana sesuai dengan respon pasien. Nyeri harus diperiksa dalam suatu faktor fisiologis, psikologis serta lingkungan.

Penilaian nyeri meliputi :

1. Anamnesis umum
2. Pemeriksaan fisik
3. Anamnesis spesifik nyeri dan evaluasi ketidakmampuan yang ditimbulkan nyeri :
  - a. Lokasi nyeri
  - b. Keadaan yang berhubungan dengan timbulnya nyeri
  - c. Karakter nyeri
  - d. Intensitas nyeri
  - e. Gejala yang menyertai
  - f. Efek nyeri terhadap aktivitas
  - g. Tatalaksana yang sudah didapat
  - h. Riwayat penyakit yang relevan dengan rasa nyeri

- i. Faktor lain yang akan mempengaruhi tatalaksana pasien

### **2.3.2 Penggolongan nyeri**

Nyeri dapat digolongkan dalam berbagai cara, yaitu:

1. Menurut jenisnya : nyeri nosiseptik, nyeri neurogenik, dan nyeri psikogenik
2. Menurut timbulnya nyeri : nyeri akut dan nyeri kronik
3. Menurut penyebabnya : nyeri onkologik dan nyeri non-onkologik
4. Menurut derajat nyerinya : nyeri ringan, sedang, dan berat

Dengan penilaian nyeri yang lengkap dapat dibedakan antara nyeri nosiseptik (somatik dan visera) dengan nyeri neuropatik.

1. Nyeri somatik dapat dideskripsikan sebagian nyeri tajam, panas atau menyengat, yang dapat ditunjukkan lokasinya serta diasosiasikan dengan nyeri tekan lokal di sekitarnya.
2. Nyeri visera dideskripsikan sebagai nyeri tumpul, kram atau kolik yang tidak terlokalisir yang dapat disertai dengan nyeri tekan lokal, nyeri alih, mual, berkeringan dan perubahan kardiovaskular
3. Nyeri neuropatik memiliki ciri khas:
  - a. Deskripsi nyeri seperti terbakar, tertembak, atau tertusuk
  - b. Nyeri terjadi secara paroksismal atau spontan serta tanpa terdapat faktor presipitasi.
  - c. Terdapatnya diastesia (sensasi abnormal yang tidak menyenangkan yang timbul spontan ataupun dispresipitasi), hiperalgesia (peningkatan derajat respon terhadap stimulus nyeri normal), alodinia (nyeri yang dirasakan akibat stimulus yang pada keadaan

normal tidak menyebabkan nyeri), atau adanya hipoestesia.

- d. Perubahan sistem otonom regional (perubahan warna, suhu, dan keringat) serta *phantom phenomena* Sangatlah penting untuk mengetahui tipe nyeri yang diderita, karena durasi nyeri dan respon terhadap pemberian obat analgesia beragam antar tipe nyeri.

### **2.3.3 Derajat Nyeri**

Pengukuran derajat nyeri sebaiknya dilakukan dengan tepat karena sangat dipengaruhi oleh faktor subyektif seperti faktor fisiologis, psikologi, lingkungan. Karenanya, anamnesis berdasarkan pada pelaporan mandiri pasien yang bersifat sensitif dan konsisten sangatlah penting. Pada keadaan di mana tidak mungkin mendapatkan penilaian mandiri pasien seperti pada keadaan gangguan kesadaran, gangguan kognitif, pasien pediatrik, kegagalan komunikasi, tidak adanya kerjasama atau ansietas hebat dibutuhkan cara pengukuran yang lain. Pada saat ini nyeri di tetapkan sebagai tanda vital kelima yang bertujuan untuk meningkatkan kepedulian akan rasa nyeri dan diharapkan dapat memperbaiki tatalaksana nyeri akut<sup>5</sup>.

Berbagai cara dipakai untuk mengukur derajat nyeri, cara yang sederhana dengan menentukan derajat nyeri secara kualitatif sebagai berikut :

- a. Nyeri ringan adalah nyeri yang hilang timbul, terutama sewaktu melakukan aktivitas sehari-hari dan hilang pada waktu tidur
- b. Nyeri sedang adalah nyeri terus menerus, aktivitas terganggu, yang hanya hilang apabila penderita tidur
- c. Nyeri berat adalah nyeri yang berlang sungterus menerus sepanjang hari, penderita tak dapat tidur atau sering terjaga oleh gangguan nyeri sewaktu tidur

### 2.3.4 Pengukuran Derajat Nyeri

Ada beberapa cara untuk membantu mengetahui akibat nyeri menggunakan skala assessment nyeri unidimensional (tunggal) atau multidimensi

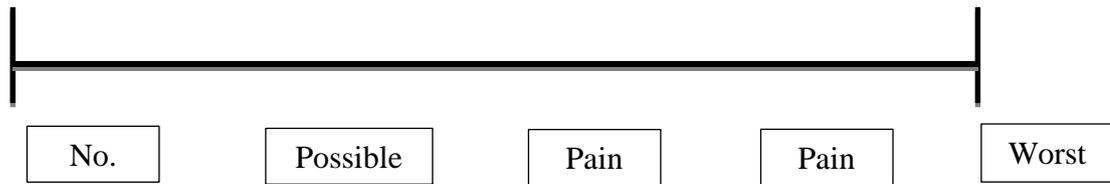
#### 1. Unidimensional:

- Hanya mengukur intensitas nyeri
- Cocok (*appropriate*) untuk nyeri akut
- Skala yang biasa digunakan untuk evaluasi pemberian analgetik
- Skala assessment nyeri unidimensional ini meliputi:

##### a. *Visual Analog Scale (VAS)*

*Visual analog scale (VAS)* adalah cara yang paling banyak digunakan untuk menilai nyeri. Skala linier ini menggambarkan secara visual gradasi tingkat nyeri yang mungkin dialami seorang pasien. Rentang nyeri diwakili sebagai garis sepanjang 10 cm, dengan atau tanpa tanda pada tiap sentimeter (**Gambar 1**). Tanda pada kedua ujung garis ini dapat berupa angka atau pernyataan deskriptif. Ujung yang satu mewakili tidak ada nyeri, sedangkan ujung yang lain mewakili rasa nyeri terparah yang mungkin terjadi. Skala dapat dibuat vertikal atau horizontal. VAS juga dapat diadaptasi menjadi skala hilangnya/beda rasa nyeri. Digunakan pada pasien anak >8 tahun dan dewasa. Manfaat utama VAS adalah penggunaannya sangat mudah dan sederhana. Namun, untuk periode pasca bedah, VAS tidak banyak bermanfaat karena VAS memerlukan koordinasi

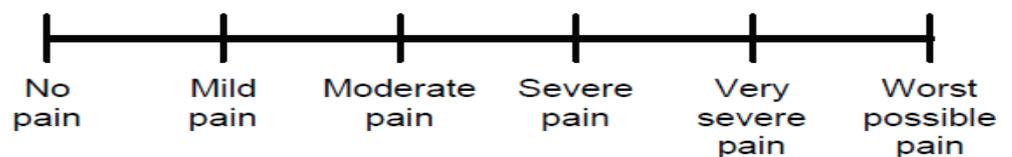
visual dan motorik serta kemampuan konsentrasi.



Gambar 1.1 *Visual Analog Scale (VAS)*

b. *Verbal Rating Scale (VRS)*

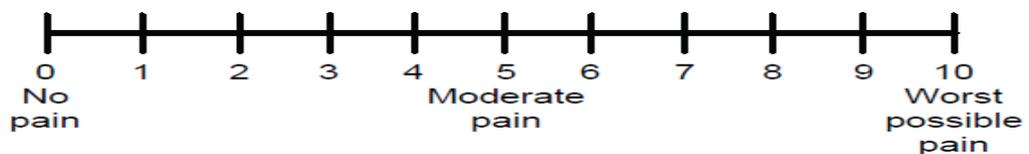
Skala ini menggunakan angka-angka 0 sampai 10 untuk menggambarkan tingkat nyeri. Dua ujung ekstrem juga digunakan pada skala ini, sama seperti pada VAS atau skala reda nyeri (**Gambar 2**). Skala numerik verbal ini lebih bermanfaat pada periode pascabedah, karena secara alami verbal / kata-kata tidak terlalu mengandalkan koordinasi visual dan motorik. Skala verbal menggunakan kata - kata dan bukan garis atau angka untuk menggambarkan tingkat nyeri. Skala yang digunakan dapat berupa tidak ada nyeri, sedang, parah. Hilang/redanya nyeri dapat dinyatakan sebagai sama sekali tidak hilang, sedikit berkurang, cukup berkurang, baik/ nyeri hilang sama sekali. Karena skala ini membatasi pilihan kata pasien, skala ini tidak dapat membedakan berbagai tipe nyeri.



Gambar 1.2 *Verbal Rating Scale (VRS)*

c. *Numeric Rating Scale (NRS)*

Dianggap sederhana dan mudah dimengerti, sensitif terhadap dosis, jenis kelamin, dan perbedaan etnis. Lebih baik daripada VAS terutama untuk menilai nyeri akut. Namun, kekurangannya adalah keterbatasan pilihan kata untuk menggambarkan rasa nyeri, tidak memungkinkan untuk membedakan tingkat nyeri dengan lebih teliti dan dianggap terdapat jarak yang sama antar kata yang menggambarkan efek analgesik.



Gambar 1.3 *Numeric Rating Scale (NRS)*

d. *Wong Baker Pain Rating Scale (NRS)*

Digunakan pada pasien dewasa dan anak >3 tahun yang tidak dapat menggambarkan intensitas nyerinya dengan angka.



Gambar 1.4 *Wong Baker Pain Rating Scale*

2. Multidimensional

- Mengukur intensitas dan afektif (unpleasantness) nyeri
- Diaplikasikan untuk nyeri kronis
- Dapat dipakai untuk penilaian klinis

- Skala multidimensional ini meliputi:

a. *McGill Pain Questionnaire* (MPQ) (**lampiran 1**)

Terdiri dari empat bagian: (1) gambar nyeri, (2) indeks nyeri (PRI), (3) pertanyaan pertanyaan mengenai nyeri terdahulu dan lokasinya; dan (4) indeks intensitas nyeri yang dialami saat ini. Terdiri dari 78 kata sifat/ajektif, yang dibagi ke dalam 20 kelompok. Setiap set mengandung sekitar 6 kata yang menggambarkan kualitas nyeri yang makin meningkat. Kelompok 1 sampai 10 menggambarkan kualitas sensorik nyeri (misalnya, waktu/temporal, lokasi/spatial, suhu/thermal). Kelompok 11 sampai 15 menggambarkan kualitas efektif nyeri (misalnya stres, takut, sifat-sifat otonom). Kelompok 16 menggambarkan dimensi evaluasi dan kelompok 17 sampai 20 untuk keterangan lain-lain dan mencakup kata-kata spesifik untuk kondisi tertentu. Penilaian menggunakan angka diberikan untuk setiap kata sifat dan kemudian dengan menjumlahkan semua angka berdasarkan pilihan kata pasien maka akan diperoleh angka total.

b. *The Brief Pain Inventory* (BPI) (**lampiran 2**)

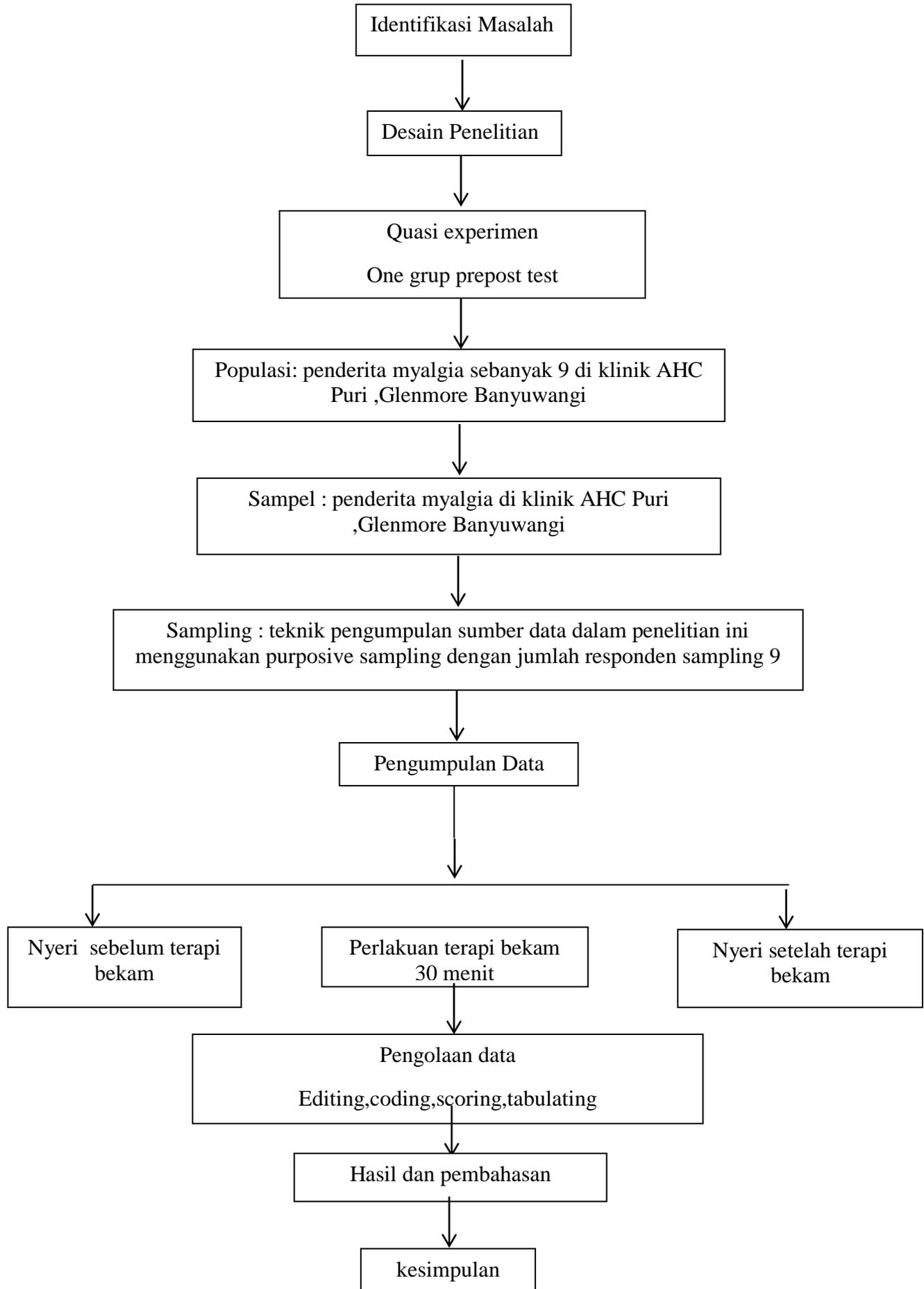
Adalah kuesioner medis yang digunakan untuk menilai nyeri. Awalnya digunakan untuk mengassess nyeri kanker, namun sudah divalidasi juga untuk assessment nyeri kronik.

c. *Memorial Pain Assessment Card*

Merupakan instrumen yang cukup valid untuk evaluasi efektivitas dan pengobatan nyeri kronis secara subjektif. Terdiri atas 4 komponen penilaian tentang nyeri meliputi intensitas nyeri, deskripsi nyeri, pengurangan nyeri dan mood. (**Gambar 5**)



## 2.4 Kerangka Konsep



### BAB III

#### PICO

JURNAL	P (PROBLEM)	I (INTERVENTION)	C (COMPARE)	O (OUTCOME)
<p><b>Judul :</b> Pengaruh bekam terhadap penurunan nyeri pada klien dengan trapezius myalgia pada pekerja angkut di Kecamatan Jelbuk Jember</p> <p><b>Author :</b> Yugi Hari Chandra Purnama</p> <p><b>Tahun :</b> 2018</p>	<p>Berdasarkan penelitian yang dilakukan diketahui bahwa karakteristik usia responden paling banyak berusia lebih 60 tahun yang berjumlah 6 orang (40%) dan paling sedikit masing-masing 1 orang usia 50-59 tahun (6.7%) dan 30-39 tahun (6.7%).</p> <p>Hasibuan (2003), berpendapat bahwa umur individu mempengaruhi kondisi fisik, mental,</p>	<p>Kriteria inklusi agar memenuhi syarat untuk berpartisipasi pasien harus memenuhi kedua syarat berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pasien dengan keluhan nyeri otot (myalgia)</li> </ol> <p><b>Intervensi :</b> Setelah dilakukan pemberian terapi bekam pada pasien myalgia dengan lima titik yaitu dua titik di Al-Akhdain, satu titik di Al-Kaahil dan dua titik di Al-Katifain.</p>	<p>Pemberian terapi bekam memungkinkan terjadinya perlakuan kecil dan tipis pada permukaan kulit diikuti tindakan penyedotan dengan vacum sehingga memungkinkan terjadinya ekskresi melalui kulit secara artificial yakni suatu proses ekskresi atau</p>	<p>Peneliti berpendapat bahwa efek bekam yang dapat meningkatkan pelepasan zat opiate endogen, mengeluarkan zat-zat stimulus nyeri melalui darah yang dikeluarkan, dan mekanisme tersebut diyakini menyebabkan rasa nyeri pada klien yang dibekam mengalami penurunan. Trapezius myalgia yang dirasakan</p>

<p><b>Tujuan :</b> Mengidentifikasi pengaruh bekam terhadap penurunan nyeri pada klien dengan trapezius myalgia pada pekerja angkut di Kecamatan Jelbuk Jember</p> <p><b>Metode :</b> Pre eksperimen dengan rancangan pretest-posttest design</p> <p><b>Sampel penelitian :</b> Sampel adalah 15</p>	<p>kemampuan kerja, dan tanggung jawab. Kondisi umur yang rentan mengalami trapezius myalgia karena adanya penambahan umur dari tahun-ke tahun sehingga kemampuan fungsi organ akan berkurang adanya proses angkut mengangkut yang dilakukan pekerja sehingga semakin sering timbul gangguan kesehatan yang dialami dengan tingkatan umur yang semakin tua.</p> <p>Pada umur yang lebih muda tak menutup kemungkinan terjadi trapezius myalgia yang</p>		<p>pengeluaran substansi melalui kulit yang dibuat dengan cara melakukan penyayatan atau penusukan pada permukaan kulit yang dikombinasi adanya penyedotan. Selama bekam, kulit yang ditusuk mengalami cedera dapat menimbulkan stres fisik.</p>	<p>oleh klien dapat ditekan dengan produksinya B-Endofrin yang termasuk salah satu bagian dari opiat endogen. Maka dari itu bekam berpengaruh terhadap penurunan nyeri pada klien dengan trapezius myalgia pada pekerja angkut di Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember.</p>
--	---	--	--	--

<p>responden dengan teknik pengambilan sampel consecutive sampling yang memenuhi kriteria inklusi yg dilakukan dengan pemberian terapi bekam di lima titik dengan satu kali perlakuan selama penelitian, dan mengisi lembar observasi.</p> <p><b>Hasil :</b> Hasilnya menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri di awal</p>	<p>diakibatkan proses pekerjaan yang dilakukan secara berkelanjutan oleh pekerja.</p>			
---	---	--	--	--

<p>dan akhir perlakuan bekam adalah 3.267 kurang lebih 0.704 hasil uji statistik di dapatkan p value <math>0,000 &lt; 0,05</math> (a), artinya rerata skala nyeri sebelum bekam dan sesudah bekam. Nilai paired corolation adalah senilai 84.7%, yang artinya pengaruh bekam pada penurunan nyeri klien trapezius myalgia adalah 84.7% sedangkan</p>				
--	--	--	--	--

15.3% sisanya di pengaruhi faktor lain.				
---	--	--	--	--

## BAB 4 HASIL

Hasil pengumpulan data pada pasien dengan Myalgia di Praktek Mandiri Perawat 'HOLISTIC CARE' Glenmore

### 4.1 DATA DEMOGRAFI RESPONDEN

4.1.1 Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Responden Myalgia di Praktek Mandiri Perawat 'Holistic Care' Glenmore

<b>Pendidikan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase%</b>
SD	3	33,3%
SMP	4	44,4%
SMA	2	22,2%
Total	9	100%

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa pendidikan responden sebagian besar adalah SMP yaitu sebanyak (44,4%)

4.1.2 Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Responden Myalgia di Praktek Mandiri Perawat 'Holistic Care' Glenmore

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase%</b>
Laki-Laki	7	77,8%
Perempuan	2	22,2%
Total	9	100%

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa Jenis Kelamin responden sebagian besar adalah Laki-laki yaitu sebanyak (77,8%)

4.1.3 Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Responden Myalgia di Praktek Mandiri Perawat 'Holistic Care' Glenmore

<b>Pekerjaan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase%</b>
Petani	5	55,6%
Wiraswasta	4	44,4%
Total	9	100%

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa pekerjaan responden sebagian besar adalah petani yaitu sebanyak (55,6%)

## 4.2 DATA KHUSUS

4.2.1 Tabel 4 : Data Nyeri Responden Sebelum dilakukan Terapi Bekam

<b>Nyeri sebelum</b>	<b><i>N</i></b>	<b><i>Mean</i></b>	<b><i>Median</i></b>	<b><i>Std. Error</i></b>	<b><i>Std.Deviations</i></b>
	9	5,56	6,00	,176	,527

Rata-rata skor nilai Nyeri responden sebelum diberikan Terapi bekam sesuai dengan tabel 4 adalah 5,56 dengan standar deviasi ,527 artinya responden mengalami nyeri otot.

4.2.2 Tabel 5 : Data Nyeri Responden Sesudah dilakukan Terapi Bekam

<b>Nyeri sebelum</b>	<b><i>N</i></b>	<b><i>Mean</i></b>	<b><i>Median</i></b>	<b><i>Std. Error</i></b>	<b><i>Std.Deviations</i></b>
	9	2,33	2,00	,167	,500

Rata-rata skor nilai Nyeri responden sesudah diberikan Terapi bekam sesuai dengan tabel 5 adalah 2,33 dengan standar deviasi ,500 artinya responden yang sebelumnya mengalami nyeri otot (Myalgia) mengalami penurunan skala Nyeri.

4.2.3 Tabel 6 : Data Perubahan Skala Nyeri Responden Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi Bekam

	<b>Nyeri Responden</b>		<b>Selisih</b>
	<b>Sebelum</b>	<b>Sesudah</b>	
<b><i>Mean</i></b>	5,56	2,33	3,22
<b><i>Median</i></b>	6,00	2,00	3,00
<b><i>Std. Error</i></b>	,176	,167	,147
<b><i>Std. Deviations</i></b>	,527	,500	,441

Dari tabel 6 menunjukkan bahwa pemberian terapi bekam efektif terhadap penurunan skala Nyeri klien dengan Masalah Myalgia (Nyeri Otot) di Praktek Mandiri Perawat 'Holistic Care' Glenmore.



## **BAB 5**

### **PEMBAHASAN**

#### **5.1 Karakteristik Responden**

##### **5.1.1 Kriteria Responden Berdasarkan Pendidikan**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa pendidikan responden yang paling rendah adalah SD yaitu didapatkan hasil 33,3% dengan jumlah responden 3 orang, pendidikan SMP yaitu didapatkan 44,4% dengan jumlah responden 4 orang, sedangkan pendidikan SMA yaitu didapatkan hasil 22,2% dengan jumlah responden 2 orang, dengan jumlah responden keseluruhan 9 orang. Sedangkan didalam teori menyatakan bahwa tingkat pendidikan merupakan salah satu faktor yang menentukan terhadap terjadinya perubahan perilaku, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka seseorang telah mengalami proses belajar yang lebih sering, dengan kata lain tingkat pendidikan mencerminkan intensitas terjadi proses belajar (Notoatmodjo, 2012)

Peneliti berpendapat bahwa riwayat pendidikan dapat mempengaruhi kejadian myalgia. Hal ini dikarenakan tingkat pendidikan pekerja akan memberikan pengetahuan kepada pekerja sehingga pekerja mampu bekerja dengan sehat dan aman. Semakin tinggi riwayat pendidikan semakin kecil resiko seseorang mengalami kejadian nyeri dan akan semakin memiliki pengetahuan serta pengalaman dalam menjaga kesehatannya sehingga resiko mengalami myalgia juga akan semakin minimal.

##### **5.1.2 Kriteria Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa jumlah keseluruhan responden berdasarkan jenis kelamin berjumlah 9 orang, laki-laki berjumlah 7 orang sedangkan perempuan berjumlah 2 orang. Didapatkan hasil jenis kelamin laki-laki yaitu 77,8% sedangkan perempuan didapatkan hasil yaitu 22,2%. Jenis kelamin menunjukkan perbedaan biologis dan fungsi biologis laki-laki dan perempuan yang ada

di muka bumi. Jenis kelamin kerap menjadi pembeda peran dan tugas dalam kehidupan sehari-hari maupun dalam hal pekerjaan.

Dalam pasar kerja tingkat partisipasi laki-laki masih dominan dibandingkan tingkat partisipasi perempuan. Beberapa penyebab rendahnya angka partisipasi perempuan dalam pasar kerja antara lain: 1) persepsi terkait peran domestik perempuan, 2) berkaitan dengan persepsi tersebut adalah perangkat pengukuran, penentuan, atau pendefinisian pekerjaan perempuan, 3) sifat musiman, paruh waktu, dan informal dari kebanyakan pekerjaan perempuan (Kemenpa,2016).

Peneliti berpendapat bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi kejadian myalgia. Hal ini dikarenakan masih kuatnya peran jender membuat ketimpangan tingkat partisipasi kerja antara laki-laki dan perempuan. Peluang laki-laki dalam pasar kerja lebih besar daripada perempuan. Hal itu mempengaruhi durasi pengangguran/lama mencari kerja dan memperoleh pekerjaan dibandingkan perempuan karena laki-laki dianggap sebagai pencari nafkah yang utama bagi keluarga. Sehingga dapat disimpulkan dalam penelitian ini jumlah laki-laki lebih banyak terjadinya kasus myalgia dibandingkan jumlah perempuan.

### 5.1.3 Kriteria Responden Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa terdapat jenis pekerjaan pada masyarakat diantaranya yaitu: Petani didapatkan hasil 55,6% dengan jumlah 5 responden. Sedangkan Wiraswasta didapatkan hasil 44,4% dengan jumlah 4 responden. Dalam penelitian ini ditemukan jenis pekerjaan petani ditemukan hasil tertinggi yaitu 55,6% , dikarenakan pekerjaan petani memerlukan tenaga yang ekstra serta berhubungan dengan posisi tubuh ketika bekerja.

Menurut penelitian yang dilakukan Sitepu (2015) yang menyatakan bahwa pekerjaan petani berkaitan dengan posisi tubuh seperti mengangkat, membungkuk, atau memindahkan hasil panen dan kegiatan

tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama hal ini mengakibatkan keluhan myalgia pada petani.

Peneliti berpendapat bahwa jenis pekerjaan dapat mempengaruhi terjadinya kasus myalgia, khususnya pada jenis pekerjaan petani dikarenakan kebanyakan petani melakukan pekerjaan dengan posisi tubuh yang salah sehingga kasus myalgia pada petani sering ditemukan.

## **5.2 Efektifitas Pemberian Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Penderita Myalgia**

- 5.2.1 Berdasarkan hasil penelitian pada 9 responden didapatkan data pada responden sebelum dilakukan terapi bekam didapatkan hasil  $N=9$ , Mean= 5,56, Median= 6,00, Std.Error= ,176 dan Std.Deviations= ,527. Berdasarkan data tersebut dapat membuktikan jika rata-rata nilai nyeri responden sebelum diberikan terapi bekam sesuai dengan data tersebut adalah 5,56 dengan standar deviasi 527 artinya responden mengalami nyeri otot atau myalgia.
- 5.2.2 Berdasarkan hasil penelitian pada 9 responden didapatkan data pada responden sesudah dilakukan terapi bekam didapatkan hasil  $N=9$ , Mean= 2,33, Median= 2,00, Std.Error= ,167 dan Std.Deviations=,500. Berdasarkan data tersebut dapat membuktikan jika rata-rata nilai nyeri responden sesudah diberikan terapi bekam sesuai data tersebut adalah 2,33 dengan standar deviasi ,500 artinya responden yang sebelumnya mengalami nyeri otot (Myalgia) mengalami penurunan skala nyeri.
- 5.2.3 Berdasarkan hasil data perubahan skala nyeri responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam didapatkan hasil data sebagai berikut: Mean (Sebelum)= 5,56, Mean (Sesudah)= 2,33 dengan selisih= 3,22. Median (Sebelum)= 6,00, Median (Sesudah)= 2,00 dengan selisih= 3,00. Std.Error (Sebelum)= ,176, Std. Error(Sesudah)= ,167 dengan selisih ,147. Std,Deviations (Sebelum)= ,527, Std. Deviations (Sesudah)= ,500 dengan selisih ,411. Dari data tersebut menunjukkan bahwa pemberian terapi

bekam efektif terhadap penurunan skala nyeri klien dengan masalah Myalgia (Nyeri otot) di Praktek Mandiri Perawat “Holistic Care”.

Perubahan skala nyeri ini disebabkan oleh jumlah opiat endogen dalam tubuh yang pengeluarannya distimulasi oleh bekam. Terapi bekam akan menimbulkan stimulasi nyeri yang baru sehingga akan meningkatkan produksi opiat endogen. Jaringan disekitar titik bekam juga memiliki sel yang banyak sehingga faktor membuat titik menjadi lebih sensitif terhadap rangsangan titik sehingga bekam disini memiliki efek terhadap mikro sirkulasi pembuluh darah yang dapat menurunkan lelah otot yang kaku, terapi bekam membantu merelaksasikan tubuh sehingga dengan relaksasi ini dapat memberikan rasa nyaman, kondisi rileks.

## **BAB 6**

### **PENUTUP**

#### **A. KESIMPULAN**

Kejadian Myalgia atau nyeri otot pada laki-laki lebih tinggi dengan pekerjaan rata-rata petani, karena petani mayoritas pekerjaannya adalah pekerjaan berat seperti memacul dan lain sebagainya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, sebelum dilakukan terapi bekam rata-rata skala nyeri pada penderita Myalgia adalah 5,56 yang artinya nyeri responden sedang, kemudian setelah dilakukan terapi bekam skala nyeri responden adalah rata-rata sebesar 2,33 yang artinya ringan. Hal ini menunjukkan dan dapat disimpulkan bahwa terapi bekam sangat efektif untuk menurunkan skala nyeri pada penderita Myalgia di klinik mandiri perawat 'Holistic Care' Glenmore.

#### **A. SARAN**

Diharapkan penggunaan terapi bekam dapat dijadikan bahan pertimbangan sebagai salah satu terapi alternatif dan komplementer untuk mengurangi keluhan nyeri yang dialami oleh responden dengan masalah Myalgia, khususnya pekerja angkut yang mana bekam terbukti dapat berpengaruh pada penurunan skala nyeri pada penderita nyeri dan tidak menimbulkan efek samping jika dilaksanakan sesuai standart prosedur.

Selain itu, agar tambahan pengetahuan yang baru dalam terapi bekam dapat diterima pada institusi kesehatan sebagai upaya dalam meningkatkan pelayanan kesehatan tradisional yang memiliki potensi cukup tinggi dan perlu mendapat perhatian khusus sebagai bagian dari pembangunan kesehatan nasional.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali N, Lewis M. (2015). *Understanding Pain, An Introduction for Patients and Caregivers*. Rowman & Littlefield.
- Azizah. L. K. 2011 *Keperawatan Lanjut Usia* . Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Bulechek, G. M., Howard, K.B., Dochterman, J.M., & Cheryl, M.W. (2013). *Nursing Intervention Classification (NIC)*. 6th edn. Elsevier
- Bulechek, G. M., Howard, K.B., Dochterman, J.M., & Cheryl, M.W. (2013). *Nursing Outcome Classification (NOC)*. 6th edn. Elsevier
- Mangku G, Senapathi TGA. (2010). *Buku Ajar Ilmu Anestesia dan Reanimasi*. Jakarta: Indeks.
- Marilynn E. Doenges, 2010. *Rencana Asuhan Keperawatan*. Penerbit Buku kedokteran, EGC : Jakarta
- Nugroho, Wahjudi. 2011. *Keperawatan Gerontik*. Jakarta : EGC
- Perhimpunan Dokter *Spesialis Anestesiologi dan Terapi Intensif Indonesia*. (2009). *Panduan Tatalaksana Nyeri Operatif*. Jakarta: PP IDSAI.
- Weny, 2010. *Buku Ajar : Keperawatan medikal Bedah Vol 2*, Jakarta, EG
- Wilkinson P, Wiles J. (2013). *Guidelinen for Pain Management Programmes for adults*. The British Pain Society
- Yudiyanta, Novita. (2015). *Assessment Nyeri. Patient Comfort Assessment Guide*

## LAMPIRAN

FLACC Behavioral Tool (Face, Legs, Activity, Cry and Consolability)

Indikasi: anak usia <3tahun atau anak dengan gangguan kognitif atau pasien anak yang tidak dapat di nilai dengan skala lain.

	0	1	2
Face = wajah	Tidak ada perubahan ekspresi (senyum)	Menyeringai, berkerut, menarik diri, tidak tertarik	Menyeringai lebih sering, tangan mengepal, menggigil, gemetar
Legs = tungkai	Posisi normal atau relaksasi	Tidak nyaman, gelisah, tegang	Mengejang/ tungkai dinaikkan ke atas
Activity= aktivitas	Posisi nyaman dan normal, gerakan ringan	Menggeliat, tegang, badan bolak balik, bergerak pelan, terjaga dari tidur	Posisi badan melengkung, kaku atau menghentak tiba tiba, tegang, menggesekkan badan
Cry = tangisan	Tidak menangis/merintih (posisi terjaga atau tertidur pulas)	Mengerang, merengek, kadangkala menangis, rewel	Menangis keras menjerit, mengerang, terisak, menangis rewel setiap saat
Consolability	Tenang, relaks, ingin bermain	Minta dipeluk, rewel	Tidak nyaman dan tidak ada kontak mata

Interpretasi:

Skor total dari lima parameter di atas menentukan tingkat keparahan nyeri dengan skala 0-10. Nilai 10 menunjukkan tingkat nyeri yang hebat.

**Pendidikan**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
SD	3	33,3	33,3	33,3
SMP	4	44,4	44,4	77,8
SMA	2	22,2	22,2	100,0
Total	9	100,0	100,0	

**Jenis\_kelamin**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
LAKI-LAKI	7	77,8	77,8	77,8
PEREMPUAN	2	22,2	22,2	100,0
Total	9	100,0	100,0	

### Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
PETANI	5	55,6	55,6	55,6
Valid WIRASWASTA	4	44,4	44,4	100,0
Total	9	100,0	100,0	

### Statistics

	Pendidikan	Jenis_kelamin	Pekerjaan
N			
Valid	9	9	9
Missing	0	0	0
Mean	1,89	1,22	1,44
Std. Error of Mean	,261	,147	,176
Median	2,00	1,00	1,00
Mode	2	1	1
Std. Deviation	,782	,441	,527
Variance	,611	,194	,278

Skewness	,216	1,620	,271
Std. Error of Skewness	,717	,717	,717
Kurtosis	-1,041	,735	-2,571
Std. Error of Kurtosis	1,400	1,400	1,400
Range	2	1	1
Minimum	1	1	1
Maximum	3	2	2
Sum	17	11	13
25	1,00	1,00	1,00
Percentiles 50	2,00	1,00	1,00
75	2,50	1,50	2,00

### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Nyeri_Sebelum	5,56	9	,527	,176
Nyeri_Sesudah	2,33	9	,500	,167

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Nyeri_Sebelum & Nyeri_Sesudah	9	,632	,068

**Paired Samples Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Nyeri_Sebelum - Nyeri_Sesudah	3,222	,441	,147	2,883	3,561	21,922	8	,000

**Statistics**

		Nyeri_Sebelum	Nyeri_Sesudah	Selisih
N	Valid	9	9	9
	Missing	1	1	1
Mean		5,56	2,33	3,22
Std. Error of Mean		,176	,167	,147
Median		6,00	2,00	3,00
Mode		6	2	3
Std. Deviation		,527	,500	,441
Skewness		-,271	,857	1,620
Std. Error of Skewness		,717	,717	,717
Kurtosis		-2,571	-1,714	,735
Std. Error of Kurtosis		1,400	1,400	1,400
Range		1	1	1
Minimum		5	2	3
Maximum		6	3	4
Sum		50	21	29

**Tests of Normality<sup>b</sup>**

	Nyeri_Sesudah	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Neri_sebelum 2		,473	5	,001	,552	5	,505

a. Lilliefors Significance Correction

b. Neri\_sebelum is constant when Nyeri\_Sesudah = 3. It has been omitted.

## SOP TERAPI BEKAM

	STANDAR OPERASI PROSEDUR
<b>TERAPI BEKAM</b>	
<b>PENGERTIAN</b>	Bekam merupakan metode pengobatan dengan cara mengeluarkan darah yang terkontaminasi toksin atau oksidan dari dalam tubuh melalui permukaan kulit
<b>TUJUAN</b>	Terapi bekam dapat menurunkan tekanan darah, merilekskan otot yang kaku, mengatasi pegal-pegal.
<b>INDIKASI</b>	Terapi bekam dilakukan pada pasien yang mengalami nyeri dan rasa sakit pada pinggang, bahu, dada, punggung, perut, dan juga encok. Selain itu beberapa keluhan-keluhan seperti seperti migrain, batuk, dan tekanan darah tinggi, mengatasi kelelahan (fatigue),
<b>KONTRA INDIKASI</b>	Bekam tidak boleh dilakukan pada: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pasien dengan Diebetes Mellitus</li> <li>2. Pasien dengan kerusakan integritas kulit</li> <li>3. Pasien dengan elastisitas kulit menurun</li> <li>4. Hindari pembekaman setelah pasien mengalami muntah</li> <li>5. Dianjurkan tidak langsung makan sesudah melakukan terapi bekam, tetapi boleh minum unntuk memulihkan kebugaran</li> <li>6. Tidak dianjurkan melakukan bekam dalam keadaan sangat kenyang atau sangat lapar</li> </ol>
<b>PERSIAPAN KLIEN</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pasien dijelaskan tentang bekam, efek yang terjadi, proses kesembuhan, dll</li> <li>2. Pasien disiapkan mentalnya agar tidak gelisah dan takut, bimbinglah berdo'a dan berwudhu</li> <li>3. Pasien mempersiapkan kebersihan tubuh dan kebersihan tempat</li> </ol>

	yang akan dibekam
<b>PERSIAPAN ALAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kop bekam</li> <li>2. Pompa kop bekam</li> <li>3. Jarum 21g</li> <li>4. Lancet pen</li> <li>5. Handscone</li> <li>6. Masker</li> <li>7. Bengkok</li> <li>8. Tempat sampah</li> <li>9. Tissue</li> <li>10. Minyak zaitun</li> <li>11. Meja dan kursi</li> </ol>
<b>PERSIAPAN PERAWAT</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pastikan kondisi sekitar aman dan bersih</li> <li>2. Melakukan pengkajian klien: nama, umur, jenis kelamin, alamat dan keluhan pasien</li> <li>3. Pemeriksaan Umum: tekanan darah, nadi, suhu, pernafasan, pengamatan dari daerah yang dikeluhkan, perabaan sekitar keluhan dan perabaan pada sekitar organ lain, penekanan daerah sekitar keluhan dan pada organ lain</li> <li>4. Rumuskan diagnosa keperawatan</li> <li>5. Buat rencana tindakan</li> <li>6. Menentukan daerah dan titik yang akan dibekam</li> </ol>
<b>PROSEDUR</b>	<p>Melakukan Pembekaman</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Baluri minyak zaitun pada daerah tubuh yang akan dilakukan pembekaman</li> <li>2) Letakkan cup pada titik meradian</li> <li>3) Lakukan penyedotan pada cup sampai menimbulkan bendungan pada permukaan kulit, ukur sesuai dengan kemampuan pasien menahan vakum dari bekam tersebut</li> <li>4) Setelah cup terpasang pada semua titik nyeri, kemudian tunggu hingga 3-5 menit sedangkan area wajah, dada, dan perut 2-3</li> </ol>

	<p>menit, lalu buka ujung bagian atas cup agar udara dapat masuk, sehingga cup bekam mudah dilepas</p> <p>5) Setelah semua cup terlepas, lakukan penusukan pada area yang sudah di cup dengan menggunakan lancet pen dengan ukuran jarum 21g dengan sudut 75° pada area punggung dan pada area wajah, dada, dan perut sudutnya 15°</p> <p>6) Setelah penusukan, dilakukan pengekapan kembali sama seperti sebelumnya, dan ditunggu hingga 3-5 menit pada area punggung sedangkan area wajah, dada, dan perut 2-3 menit</p> <p>7) Sediakan tissue untuk membersihkan darah pada area bekam satu persatu, buka ujung bagian atas cup agar udara dapat masuk, sehingga cup bekam mudah dilepas</p> <p>8) Rapiakan dan bersihkan alat-alat dengan kapas alcohol, kop/gelas yang sudah digunakan direndam dalam cairan klorin selama 10-15 menit dengan air mengalir</p> <p>9) Tindakan pelaksanaan terapi bekam ditulis dalam form data pasien</p>
<b>EVALUASI</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi hasil yang dicapai (subjektif dan objektif)</li> <li>2. Simpulkan hasil kegiatan</li> <li>3. Berikan reinforcement</li> <li>4. Akhiri kegiatan</li> </ol>
<b>DOKUMENTASI</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Catat tanggal, jam, dan jenis kegiatan didalam catatan keperawatan</li> <li>2. Catat hasil kegiatan dan respon klien didalam catatan keperawatan</li> <li>3. Nama dan paraf perawat</li> </ol>
<b>HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cara menentukan titik yang akan dibekam: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Titik yang sesuai dengan yang dikeluarkan</li> <li>2. Titik lain yang satu jurusan/meridian dengan titik yang dikeluarkan</li> <li>3. Titik lain yang berlawanan dengan titik yang dikeluarkan</li> <li>4. Titik lain yang berpasangan dengan titik yang dikeluarkan</li> <li>5. Titik-titik istimewa</li> <li>6. Titik-titik khusus</li> </ol> </li> <li>- pasien dianjurkan agar tidak mandi selesai dilakukan bekam,</li> </ul>

	tunggu sampai 8 jam setelah dilakukan pembekaman
--	--

## LAMPIRAN DOKUMENTASI



