

MANFAAT BEKAM TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI

Alya Ramadhani, Ananda Maqfirotul Hasanah, Wahyudi Widada

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Indonesia

ABSTRAK

Sejarah bekam pertama kali dikenal pada peradaban dunia sejak berdirinya Kerajaan Sumeria kurang lebih 400 tahun SM. Bekam ialah proses penghisapan yang diawali dengan menyayat kulit dan dilanjutkan dengan mengeluarkan darah dari permukaan kulit yang telah disayat. Bekam dibagi menjadi dua jenis yaitu bekam kering dan bekam basah, untuk bekam kering menggunakan teknik api atau pompa tangan untuk menyedot dalam cangkir bekam. Bekam basah menggunakan teknik membuat sayatan pada kulit agar darah dapat keluar pada saat cangkir bekam dipompa. Cara kerja bekam sebagai anti nyeri karena kuatnya isapan dari alat bekam, sehingga jalur saraf yang berguna untuk mengirimkan sinyal anti nyeri akan tidak sampai ke otak (*gate control theory*). Bekam seringkali dianggap sebagai prosedur yang aman, namun terapi bekam memiliki efek samping yang perlu diperhatikan, maka dari itu perlunya tenaga ahli profesional dalam melakukan teknik terapi bekam. Dengan adanya makalah ini diharapkan masyarakat dapat menerapkan terapi bekam sebagai pengobatan non-farmakologis sebagai penuruna tingkat nyeri. Pengobatan non-farmkologis bekam sebagai pengobatan komplementer berfungsi sebagai terapi tambahan bersamaan dengan pengobatan konvensional, sehingga penggabungan keduanya dapat meningkatkan kesembuhan. Namun masyarakat perlu untuk memperhatikan efek samping dari terapi bekam, sehingga terapi bekam dapat efektif penggunaannya. Untuk perawat diharapkan dapat menguasai cara melakukan terapi bekam serta teknik sterilisasi dari instrument alat yang digunakan, untuk menghindari efek samping dari terapi bekam yang dilakukan.

Kata kunci : bekam, nyeri, hijamah

ABSTRACT

The history of cupping was first known in world civilization since the founding of the Sumerian Kingdom, approximately 400 years BC. Cupping is a suction process that begins with cutting the skin and continues with removing blood from the surface of the skin that has been cut. Cupping is divided into two types, namely dry cupping and wet cupping; for dry cupping uses fire techniques or hand pumps to suck in cupping cups. Wet cupping makes incisions in the skin so that blood can come out when the cupping cup is pumped. The way cupping works as an anti-pain tool is due to the strong suction of the cupping tool, which prevents the nerve pathways that are useful for sending anti-pain signals from reaching the brain (gate control theory). Cupping is often considered a safe procedure, but cupping therapy has side effects that need to be considered, hence the need for professional experts in cupping therapy techniques. With this paper, it is hoped that the community can apply cupping therapy as a non-pharmacological treatment to reduce pain levels. Non-pharmacological treatment of cupping as a complementary treatment is an additional therapy and conventional treatment, so combining the two can increase healing. However, people need to pay attention to the side effects of cupping therapy so that cupping therapy can be effectively used. Nurses are expected to be able to master how to perform cupping therapy as well as its techniques.

Keyword: *Cupping therapy, hijamah, pain*

Correspondence Author : Ananda Maqfirotul Hasanah
Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Indonesia Email:
email : anandamaqfirotul@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Salah satu keluhan yang umum diungkapkan pasien dan dilaporkan mempunyai dampak signifikan terhadap kualitas hidup adalah nyeri. Nyeri merupakan pengalaman sensasi dan emosi yang tidak menyenangkan atau berhubungan dengan kerusakan jaringan actual atau potensial. Nyeri adalah pengalaman pribadi yang dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis dan sosial pada Tingkat yang berbeda beda. Rasa nyeri bersifat subjektif. Pengalaman rasa nyeri setiap individu berbeda beda dikarenakan setiap individu memiliki karakteristik sensorik nyeri yang berbeda. Pengalaman nyeri bisa berupa seperti sensasi tertusuk. (Raja *et al.*, 2021). Pasien yang mengunjungi klinik karena 80% mengeluh nyeri, terutama nyeri kronis. Di Amerika Serikat, jumlah total pasien nyeri kronis lebih besar dibandingkan dengan jumlah total pasien yang menderita penyakit jantung, kanker dan diabetes. Di Eropa, prevalensi nyeri kronis juga tinggi yaitu 25-30%. Sebuah studi multicenter pada bulan Mei 2002 di lakukan di rawat jalan pada 14 rumah sakit di Indonesia menemukan bahwa 4456 kasus nyeri atau setara dengan 25% dari total pengunjung. Dengan 35,86% nyeri kepala, 18,3% nyeri punggungbawah, dan 9,5% gabungan dari nyeri neuropati diabetik, nyeri pasca herpes dan neuralgia trigeminal. (Hidayati *et al.*, 2019)

Terdapat berbagai jenis manajemen nyeri yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri baik itu secara farmakologi ataupun non farmakologi. Salah satu contoh manajemen nyeri non farmakologi yang saat ini banyak digunakan di masyarakat adalah bekam. Bekam dikenal didalam masyarakat luas dengan berbagai jenis penyebutan yaitu seperti *cupping therapy*, *kop*, *bloodletting therapy*, *al-hijamah*, *candhuk* dan lainnya. Bekam tidak hanya terkenal di kalangan masyarakat Indonesia saja tetapi bekam juga menyebar di benua lain. (Murwani *et al.*, 2022). Berdasarkan penjabaran di atas, membuat penulis terdorong untuk membuat makalah dengan judul "*Manfaat Bekam terhadap Penurunan Tingkat Nyeri*".

2. PEMBAHASAN

2.1 Sejarah Bekam

Terapi bekam seringkali disebutkan dalam sejarah diberbagai peradaban dunia, antara lain Mesir, Cina, India, Eropa dan Amerika. Oleh karena itu, bekam dikenal dengan berbagai macam istilah sesuai dengan masing-masing bahasa seperti *cupping*, *cucurbit*, *kop*, *blood-letting*, *fire-bottle* dan *pa hou kuan*. Bekam pertama kali dikenal pada peradaban dunia sejak berdirinya Kerajaan Sumeria kurang lebih 400 tahun SM, kemudian berkembang dan menyebar ke Babilonia, Mesir, Sabah dan negara yang dialiri Sungai Eufrat dan Trigris. menurut catatan sejarah, bekam merupakan pengobatan eksklusif dan hanya tabib yang diperbolehkan melakukan bekam untuk para bangsawan. Tabib-tabib terkenal pada masa itu sangat selektif bahkan ketika mengajar bekam, mewariskan pengetahuan mereka tentang pengobatan bekam hanya kepada siswa yang paling berbakat dan terpilih. Belum ada catatan resmi kapan bekam diperkenalkan di Indonesi. Tetapi diduga bekam masuk bertepatan dengan kedatangan pedagang Gujarat dan

Arab yang menyebarkan Islam ke Indonesia sejak abad ke-12. Tren pengobatan menggunakan bekam meningkat secara signifikan sejak tahun 1990-an, terutama pada kalangan mahasiswa atau pekerja Indonesia yang pernah belajar di Malaysia, India dan Timur Tengah. Sekarang bekam telah dimodifikasi sesuai kaidah ilmiah, dengan alat yang higienis, praktis dan efektif. (Sari et al., 2018)

Pada masa Nabi Muhammad SAW, bekam sering dilakukan dan menjadi kebiasaan Rasulullah dan para sahabat. Rasulullah juga memerintahkan para sahabat dan pengikutnya untuk menggunakan terapi bekam sebagai pengobatan. Salah satu sabda Rasulullah SAW menyebutkan bahwa terapi bekam merupakan pengobatan yang sangat mujarab dan Rasulullah menganjurkan para sahabatnya untuk menggunakannya yaitu dalam sabda Rasulullah yang berbunyi: “Sebaik- baiknya pengobatan yang kalian gunakan adalah bekam” (HR, Imam Ahmad). Ketika Islam berkembang pada sekitar tahun 3000 Hijriyah, bekam menjadi pengobatan yang dapat diandalkan. Pada saat itu, bekam digunakan bersamaan dengan pengobatan lain seperti fashid, al-kay dan bekam jub. (Hidayat et al., 2022)

2.2 Definisi Bekam

Bekam secara bahasa diartikan sebagai menghisap. Menurut istilah, bekam adalah proses penghisapan yang diawali dengan menyayat kulit dan dilanjutkan dengan proses mengeluarkan darah dari permukaan kulit yang telah disayat tadi. Darah yang keluar ditampung dalam wadah berupa gelas ataupun plastik. Dalam tulisannya, Ibnu Al-Qaim mendefinisikan bekam sebagai proses pengeluaran darah dari kulit. Tujuannya untuk mengeluarkan darah kotor dari tubuh seseorang dengan cara menyayat ringan pada permukaan kulit bagian tertentu, seperti kepala atau punggung. Darah kotor yang keluar nanti akan disedot dengan cara memanaskan bagian dalam tanduk atau cawan atau wadah kaca sehingga menciptakan tekanan negative. Selanjutnya, tanduk, cawan atau wadah kaca diletakan di atas kulit yang sudah disayat dengan menghadap kebawah. (Sari et al., 2018). Bekam merupakan salah satu metode pengobatan yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW yang memiliki manfaat untuk berbagai penyakit. Bekam dalam Bahasa Arab adalah Al-Hijamah. Hijamah berasal dari kata hajama yang berarti menyedot. Jadi, Hijamah merupakan penyedotan darah dalam jumlah tertentu dari suatu area tertentu yang bertujuan mengeluarkan sisa racun dari dalam tubuh, membersihkan darah dan mengobati organ atau penyakit tertentu. (Nuril Fajri, 2021).

Terapi bekam merupakan salah satu terapi medis tertua dan terkenal dalam praktik terapi medis Arab karena sangat dianjurkan untuk pengobatan Thibbun Nabawi. Bekam diklasifikasikan sebagai pengobatan komplementer dan alternatif yang melengkapi beberapa kondisi medis. Bekam secara Teknik dibagi menjadi dua yaitu bekam kering dan bekam basah. Bekam kering merupakan bekam yang tekniknya menggunakan api atau pompa tangan yang berfungsi menyedot dan meningkatkan tekanan di dalam cangkir bekam. Terapi bekam kering dilakukan dengan cara memijat dan mengoleskan minyak pada area yang akan dibekam, kemudian memberikan tekanan pada cangkir untuk menarik cangkir dari atas kulit. Bekam basah merupakan bekam yang dilakukan dengan membuat sayatan pada kulit agar darah dapat keluar pada saat cangkir bekam dipompa. Sebelum melakukan sayatan, maka harus dilakukan bekam kering terlebih dahulu pada area yang ingin dibekam dengan menggunakan cangkir bekam (Al Hakim & Sutysna, 2023; Helisa et al., 2022)

2.3 Bekam Untuk Mengurangi Nyeri

Terapi bekam /hijamah /centhuk /cupping /fire bottle ialah salah satu pengobatan komplementer sejak dahulu sampai dengan sekarang. Terapi ini digunakan sebagai bentuk pengobatan dari berbagai penyakit. Sebagaimana seperti yang nabi Muhammad SAW bersabda "Cara pengobatan yang ideal yang kalian pergunakan adalah hijamah /bekam" Muttafaq 'alaihi, Shohih Bukhori (no. 2280) dan Shahih Muslim (no. 2214) (Irawan et al., 2020).

Bekam berperan sebagai anti nyeri dikarenakan kuatnya isapan dari alat bekam tersebut sehingga jalur saraf yang berguna untuk mengirimkan sinyal anti nyeri akan tidak sampai ke otak (gate control theory). Untuk sayatan yang dilakukan pada saat bekam akan menembus kedalam epidermis sehingga pembuluh darah terjadi vasodilatasi, sehingga mikrosirkulasi, peredaran darah akan lancar (Aditya Putri & Nur Hasina, 2020). Bekam berperan dalam mengeluarkan zat dalam tubuh yang menyebabkan nyeri. Yaitu zat yang dihasilkan dari peradangan jaringan, diantaranya bradykinin dan histamin. Kedua zat ini akan dikeluarkan sehingga akan mengurangi rasa nyeri serta dapat mengurangi peradangan pada jaringan tubuh yang sakit (Pringgayuda et al., 2020). Bekam memiliki berbagai manfaat dalam menurunkan nyeri atau rasa sakit yang dirasakan. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari 3 jurnal bekam dapat mengurangi nyeri diantaranya yaitu:

2.4 Manfaat terapi bekam terhadap penurunan nyeri pada pasien gout

Hasil penelitian yang dilakukan Irawan tahun 2020, sebelum dilakukan terapi bekam dari 10 responden, didapatkan bahwa setengahnya (50%). Hampir setengahnya (40%) responden mengalami nyeri sedang, dan sebagian kecil (10%) responden mengalami nyeri ringan. Setelah dilakukan intervensi bekam didapatkan dari 10 responden bahwa sebagian besar (60%) responden mengalami nyeri sedang, hampir setengahnya (40%) responden di nyatakan nyeri ringan dan responden yang mengalami tidak nyeri dan nyeri. Hasil analisis lebih lanjut didapatkan nilai $0,005 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata (signifikan) pada penurunan nyeri pada klien dengan keluhan nyeri gout (Irawan et al., 2020).

2.5 Manfaat terapi bekam terhadap penurunan nyeri sendi pada pasien rheumathoid arthritis

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pringgayuda Fitria tahun 2020, Berdasarkan hasil uji statistik, pada analisa bivariat diketahui nyeri sebelum dilakukan bekam pada penderita reumatoid arhitis didapatkan rata-rata skala nyeri 5,31 dengan standar deviasi 0,793. Sedangkan nyeri setelah dilakukan bekam didapatkan ratarata skala nyeri adalah 4,0 dengan standar deviasi 0,89. Hasil analisis lebih lanjut kemudian didapatkan nilai $\rho=0,001 < \alpha=0,05$, hal ini berarti terdapat pengaruh signifikan terapi bekam basah terhadap perubahan nyeri pada penderita Rheumatoid Arthritis (Pringgayuda et al., 2020).

2.6 Manfaat terapi bekam terhadap penurunan nyeri pada pasien migrain

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Apriani tahun 2022 menunjukkan rerata skala nyeri sebelum dilakukan terapi bekam pada pasien migrain yaitu 4,53 dengan standar deviasi 1,45, sedangkan rerata skala nyeri sesudah dilakukan terapi bekam pada pasien migrain yaitu 3,43 dengan standar deviasi 1,50. Hasil uji statistik dengan hasil p value = $0,000 \leq \alpha (0,05)$ maka

dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi bekam terhadap skala nyeri pasien migrain (Apriani et al., 2022)

Berdasarkan hasil dari 3 jurnal yang sudah dijabarkan dapat ditarik sebuah kesimpulan yaitu terapi bekam memiliki pengaruh dalam menurunkan nyeri pada pasien dengan kasus yang berbeda-beda.

2.7 Efek Samping Bekam

Terapi bekam seringkali dianggap sebagai prosedur yang aman, namun terapi bekam memiliki efek samping yang perlu diperhatikan, baik efek samping yang ringan hingga sedang. Efek samping dari terapi bekam memiliki potensi yang dapat dicegah dan ada juga yang tidak dapat dicegah. Efek samping bekam yang dapat dicegah yaitu jaringan parut pada kulit, luka bakar, perih pada kulit akibat dari tekanan negatif pada kop yang terlalu tinggi (Ikhwan et al., 2023), bula, abses, infeksi melalui darah dan kulit, pruritus, anemia, dan panniculitis. Efek samping lain yaitu dapat timbul akibat dari sayatan yang dibuat sebagai bagian dari proses dilakukannya bekam. Sayatan tersebut dapat menjadi port d'entrée' (portal masuk) kuman dari kulit sehingga penanganannya perlu diperhatikan sterilisasinya (Ikhwan et al., 2023). Efek samping ini dapat terjadi karena adanya kesalahan instrumentasi atau teknik strerilisasi dari instrument alat yang digunakan (Furhad; et al., 2023). Maka dari itu perlunya tenaga ahli professional dalam melakukan teknik terapi bekam (Nuridah & Yodang, 2021).

Efek samping bekam yang tidak dapat dicegah yaitu sakit kepala, pusing, kelelahan, sinkop vasovagal, mual, insomnia, dan fenomena Koebner yang ditandai dengan munculnya lesi kulit. Efek ini sangat berpengaruh pada respon pasien, sehingga efek samping ini dinilai tidak dapat dicegah (Furhad; et al., 2023). Namun kondisi ini dapat akan hilang dalam beberapa waktu kedepan. (Nuridah & Yodang, 2021). Efek samping dari bekam basah yaitu infeksi, sinkop vasovagal dan adanya jaringan parut, sedangkan untuk efek samping bekam kering yaitu eritma local, dan ekimosis pada tempat bekam.

3. KESIMPULAN

Sejarah bekam pertama kali dikenal pada peradaban dunia sejak berdirinya Kerajaan Sumeria kurang lebih 400 tahun SM. Bekam ialah proses penghisapan yang diawali dengan menyayat kulit dan dilanjutkan dengan mengeluarkan darah dari permukaan kulit yang telah disayat. Bekam dibagi menjadi dua jenis yaitu bekam kering dan bekam basah, untuk bekam kering menggunakan teknik api atau pompa tangan untuk menyedot dalam cangkir bekam. Bekam basah menggunakan teknik membuat sayatan pada kulit agar darah dapat keluar pada saat cangkir bekam dipompa. Cara kerja bekam sebagai anti nyeri karena kuatnya isapan dari alat bekam, sehingga jalur saraf yang berguna untuk mengirimkan sinyal anti nyeri akan tidak sampai ke otak (*gate control theory*). Bekam seringkali dianggap sebagai prosedur yang aman, namun terapi bekam memiliki efek samping yang perlu diperhatikan, maka dari itu perlunya tenaga ahli professional dalam melakukan teknik terapi bekam.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Putri, R., & Nur Hasina, S. (2020). Perbedaan Terapi Bekam Dan Kompres Hangat Terhadap Tingkat Nyeri Punggung Bawah Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 33–40.
- Ahmad, R. (2015). *MyBekam: Bekam Klinikal Di Gombak*. Vitamin-Cerdik.Com. <https://vitamin-cerdik.com/mybekam-bekam-klinikal-di-gombak/>
- Al Hakim, M. T., & Sutysna, H. (2023). Pengaruh Terapi Bekam Basah (Al- Hijamah) Terhadap Keluhan Artikular Pada Pasien Musculoskeletal Disorders Di Klinik Bekam Kota Medan. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 10(2), 195–204. <https://doi.org/10.32539/jkk.v10i2.20879>
- Apriani, F, M. R., Syafei, A., & Pahrul, D. (2022). Terapi Bekam Terhadap Skala Nyeri Pasien Migrain Di Rumah Sehat. *Multi Science Kesehatan*, 14(1), 76– 87.
- Furhad;, S., Sina, R. E., & Bukhari, A. A. (2023). *Cupping Therapy - StatPearls - NCBI Bookshelf*. StatPearls Publishing. <https://doi.org/https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538253/#article-20172.s9>
- Helisa, G. P., Dewi, W. N., & Safri. (2022). Manfaat Terapi Bekam Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Hidayat, H., Amiruddin, M., Aktifa, A. F., Haryadi, M. C., & Azzahra, N. (2022). Terapi Bekam (Hijamah) dalam Perspektif Islam dan Medis. *PROCEEDING 2nd PLANAR: International Pharmacy Ulul Albab Conference & Seminar*.
- Hidayati, H. B., Machfoed, M. H., Kuntoro, K., Soetojo, S., Santoso, B., Suroto, S., & Utomo, B. (2019). Bekam Sebagai Terapi Alternatif Untuk Nyeri. *Majalah Kedokteran Neurosains Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia*, 36(2), 148–156. <https://doi.org/10.52386/neurona.v36i2.69>
- Ikhwan, I., Susanti, N., Salamuddin, S., Darmayanti, N., & Agustina, D. (2023). Eksistensi Penggunaan Bekam dan Efek Sampingnya: Analisis Kualitatif di Klinik PBR Kota Medan. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 17(1), 42–51. <https://doi.org/10.36082/qjk.v17i1.778>

- Irawan, H., Santoso, P., & Pridanatama, A. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Skala Nyeri Pada Klien Gout Di Bilik Bekam Desa Sidomulyo Kecamatan Semen Kabupaten Kediri. *Judika (Jurnal Nusantara Medika)*, 4(2), 56–62.
<https://doi.org/10.29407/judika.v4i2.15378>
- Murwani, A., Hidayah, S. N., Kusumasari, V., & Hikmawati, A. N. (2022). Analisis Terapi Bekam Sebagai Intervensi Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Keluarga Dengan Tahap Perkembangan Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11, 147–152.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.721>
- Nuridah, N., & Yodang, Y. (2021). Pengaruh Terapi Bekam terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Quasy Eksperimental. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), 53.
<https://doi.org/10.22146/jkesvo.62909>
- Nuril Fajri. (2021). Bekam Sebagai Alternatif Pengobatan Perspektif Sains dan Hadis. *Al-Tadabbur: Jurnal Kajian Sosial, Peradaban Dan Agama*, 1(2), 305– 322.
- Pringgayuda, F., Idayati, & Indiaresti, ; Purwati. (2020). WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE Rasio Neutrofil-Limfosit pada. *WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE*, 2(1), 55–60.
- Raja, S. N., Daniel B. Carr, Milton Cohen, Nanna B. Finnerup, Herta Flor, Stephen Gibson, Keefe, F., Mogil, J. S., Ringkamp, M., Sluka, K. A., Song, X.-J., Stevens, B., Sullivan, M., Tutelman, P., Ushida, T., & Vader, K. (2021). The Revised IASP definition of pain: concepts, challenges, and compromises. *PMC*, 161(9), 1976–1982.
<https://doi.org/10.1097/j.pain.0000000000001939>.The
- Sari, F. R., GP, M. A. S., Ekayanti, F., & Subchi, I. (2018). Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah dan Kedokteran Berbasis Bukti. In *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadis, Sejarah Dan Kedokteran Berbasis Bukti* (Vol. 148, Issue December).
- Tim Riset IDNmedis. (2024). *Bekam - Manfaat - Cara Melakukan dan Efek Samping - IDN Medis*. IdnMedis.Com. <https://idnmedis.com/bekam>
- Widada, W., Asman, A., Dwiaini, I., Setyawan, A., Rohawati, D. L., Purnama, Y. H. C., & Apriza. (2020). *Terapi Bekam Untuk Kesehatan*.

