

PENGARUH TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP NYERI *TRAPEZIUS MYALGIA* PADA PETANI

Mellysa Setiawati¹ Endang Yuswatiningsih² Agustina Maunaturrohmah³

¹²³STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

¹email: mellysa1299@gmail.com ²email: ramaazzahudha@gmail.com ³email: agustinarohmah@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri *Trapezius Myalgia* atau nyeri otot *trapezius*, merupakan gejala dari dari beberapa penyakit atau keluhan yang terletak didibagian leher , kedua bahu dan lainnya melekat ditulang punggung. Tujuan penelitian penelitian ini adalah menganalisis pengaruh terapi bekam terhadap nyeri trapezius myalgia. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan *pra eksperimental* dengan pendekatan *one group pra-post test desingn* populasi pada penelitian ini seluruh petani yang mengalami nyeri *trapezius myalgia*, sampel pada penelitian ini 15 orang petani yang mengalami nyeri *trapezius myalgia*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *simple random sampling*, variabel *independen* adalah terapi bekam basah dan variabel *dependen* adalah nyeri *trapezius myalgia* pada petani. Instrumen penelitian menggunakan SOP bekam. Analisis data menggunakan *uji wilcoxon*. **Hasil Penelitian:** ini adalah nyeri trapezius myalgia sebelum diterapi bekam basah Sebagian besar memiliki nyeri berat sejumlah 9 responden (60%). Nyeri trapezius myalgia sesudah terapi bekam basah selama 2 kali dalam waktu 5 hari Sebagian besar responden memiliki nyeri trapezius myalgia sedang sejumlah 9 responden (60%). Uji wilcoxon dengan tingkat kesalahn $\alpha=0,05$ menunjukkan nilai signifikasi $p(\text{value}) 0,007 < \alpha=0,05$, sehingga H_1 diterima . **Kesimpulan:** Kesimpulan pada penelitian ini, ada pengaruh terapi bekam basah terhadap penurunan nyeri trapezius myalgia di Desa Kanten Kecamatan Trucuk Kabupaten Bojonegoro. **Saran:** Diharapkan perawat dapat menjadikan terapi bekam sebagai salah satu intervensi non farmakologis dalam mengurangi rasa nyeri pada responden dalam segala penyakit.

Kata kunci: Bekam basah, Nyeri, *Trapezius Myalgia*

THE INFLUENCE OF WET CUPPING THERAPY TO TRAPEZIUS MYALGIA PAIN FOR FARMER

ABSTRACT

Introduction: *Trapezius Myalgia pain or neuro trapezius pain*, is sign of same disease located in the neck, shoulders. The result of this study is to analyze the influence of cupping therapy for trapezius myalgia pain. **Research Method:** The research design uses *pre-eksperimental with one grub pra post tes design*. The population all farmers who experience trapezius myalgia pain. It has is experienced farmers who get trapezius myalgia pain, *simple random sampling* is used in this study the independent variable is wet cupping therapy. While the dependent variable is trapezius myalgia pain for farmers. The research instrument is using the cupping rules and Wilcoxon test is used to analyse the data. **Result:** The result of this study were trapezius myalgia pain before wet cupping therapy, most of them had severe pain totaling 9 respondents (60%). *Trapezius myalgia pain* after wet cupping therapy for 2 times whitin 5 days. Most of the respondents had moderate trapezius myalgia amounting to 9 respondents(60%). The statistic result is got by the Wilcoxon test wuth the failure degree $\alpha=0,05$ shows significant's value $0,007 < \alpha=0,05$, so H_1 is accepted **Conclusion:** The conclusion of this study is there is the influence of wet cupping therapy for the descresing of

trapezius myalgia pain in kanten, trucuk bojonegoro regency. Suggestion: it is hoped that nurse can make wet cupping therapy as one of the non-pharmacological interventions in reducing pain in respondents in all disease.

Keywords : *Cupping therapy, Pain, Trapezius Myalgia*

PENDAHULUAN

Setiap melakukan pekerjaan selalu mempunyai dampak atau berbagai bentuk resiko kerja. Pada keluhan sistem gerak yang terjadi pada seseorang ialah keluhan yang terjadi pada otot bagian bahu yang dengan kekuatan nyeri yang bermacam-macam, dari skala nyeri ringan sampai berat. Nyeri *trapezius Myalgia* dan nyeri pada otot *trapezius*, ialah gejala awal dari dari beberapa penyakit atau keluhan yang berada dibagian leher, kedua bahu dan lainnya melekat ditulang punggung biasanya *Trapezius myalgia* akan timbul jika melakukan beban yang berat atau berlebihan. Otot yang mendapatkan beban secara terus menerus dengan jangka jarak yang cukup berat dapat berpengaruh pada kerusakan sendi, terutama didaerah tendon dan ligamen (Purnama, 2018) Pembebanan otot yang terus menerus jika berulang-ulang akan menimbulkan peredaran darah yang memngangkut oksigen menjadi tidak lancar, sehingga mengakibatkan kurangnya oksigen. Kondisi kurangnya oksigen secara terus menerus akan menghasilkan asam laktat dan panas tubuh yang mana dapat menyebabkan keletihan pada otot bahu yang terasa berat sehingga timbulnya nyeri pada otot bahu (Purnama, 2018).

Data jumlah penderita nyeri punggung menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2001 didapatkan nyeri punggung sebesar 33% dengan keluhan NBP secara langsung, 65 % untuk revalensi pada 1 tahun dan 84% pada prevalensi seumur hidup. Jumlah penderita *Trapezius Myalgia* di Indonesia menurut RISKESDAS tahun 2016 sekitar 4.665.021 dan di provinsi jawa timur sendiri mencapai 573.308 menurut Dinas Kesehatan kabupaten Bojonegoro (2019) sebesar 76.587. Berdasarkan hasil

pengamatan langsung yang dilakukan pada tanggal 01 maret 2020 dampaknya adalah petani di tempat tersebut mengeluh nyeri punggung hingga bahu.

Pembebanan otot statis secara terus menerus dapat menimbulkan alirandarah yang memuat oksigen jadi terhambat, sehingga dapat mengakibatkan kekurangan oksigen pada tubuh. Masalah ini dapat menyebabkan timbulnya berkurangnya oksigen pada yang dapat memproduksi sehingga tubuh menjadi panas dan menghasilkan asam laktat yang mana akan menyebabkan ketegangan pada otot yang telah dirasakan sebagai tanda nyeri pada otot (Purnama, 2018) Manajemen untuk menangani nyeri dapat digunakan secara menyeluruh sehingga nyeri dapat mempengaruhi kehidupan manusia karena itu jangan berfokus pada salah satu pendekatan tetapi kita harus menggunakan pendekatan yang lain dan yang berfokus pada segi spiritual, bio, psiko, sosial dan kultural, pendekatan secara non farmakologis maupun farmakologis, tidak dapat berlangsung dengan baik apabila dilakukan sendiri dan keduanya dapat digabungkan dan juga saling berhubungan dalam rangka tindakan untuk mengatasi keluhan nyeri pada (Purnama, 2018).

Penanganan dalam manajemen nyeri *trapezius myalgia* yakni menggunakan pendekatan secara menyeluruh, disesabkan nyeri dapat mempengaruhi aspek di kehidupan sehari-hari pendekatan yang dapat dilakukan yang mengacu pada aspek biopsikososialkultural, spiritual atau bisa dengan pendekatan non farmakologis.

Pengkajian yang tepat untuk menangani nyeri *Trapezius myalgia* ini diperlukan, bertujuan sebagai upaya mencari solusi yang tepat pengkajian harus dilakukan

berkesinambungan. Bekam adalah salah satu metode pengobatan secara tradisional yang pengobatannya dengan mengekresikan darah kotor di bagian tertentu misalnya di bagian punggung, bahu dll sehingga dapat menurunkan atau menyembuhkan berbagai penyakit (Purnama, 2018). Terapi bekam ialah salah satu cara pengobatan kuno yang dapat digunakan dalam berbagai pengobatan dengan keluhan kesehatan misalnya reumatik, hipertensi, nyeri punggung, gelisah/ ansietas dan masalah mental maupun fisik (Purnama, 2018). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Fatahillah (2006) memberikan kesimpulan bahwa metode terapi bekam sangat bermanfaat untuk membersihkan darah kotor yang mengandung toksin/racun dari sisa makanan, mengatasi tekanan darah yang tidak normal, melancarkan peredaran darah, memperbaiki permeabilitas pembuluh darah, mengatasi arteriosklerosis, menghilangkan sakit dada, bahu, punggung dan menghilangkan kram otot dan lainya. Terapi bekam dapat mengeluarkan zat racun termasuk dapat menurunkan nyeri pada penderita *Trapezius Myalgia* yang belum bisa teruaikan pada tubuh melalui permukaan kulit dengan cara penusukan dan penghisapan. Metode pemberian terapi bekam ini dilakukan pada bagian titik meridian yang berfungsi untuk menurunkan nyeri yaitu titik KHL1, UN2, UN3, AK1 dan AK2 (Waluyo, 2019)

Secara umum nyeri merupakan suatu rangsangan yang berlebihan pada receptor setiap rangsanagan sensori yang mempunyai potensi untuk menimbulkan nyeri apabila intensitasnya cukup kuat (Saifullah, 2015), faktor jenis kelamin dapat mempengaruhi timbulnya nyeri punggung. Jenis kelamin perempuan lebih dominan mengalami nyeri punggung dibandingkan laki-laki karena adanya faktor dari hormone. Hormonal seseorang dapat menimbulkan adaangnya nyeri pada bagian punggung, jenis kelamin perempuan lebih sering mengalami nyeri punggung pada saat mengalami kehamilan, dan juga penggunaan kontrasepsi dan

menopause yang berpengaruh dalam peningkatan dan penurunan hormone estrogen (Nurdiati, 2015). Kekuatan pada saat kerja seperti angkat beban berat berakibat kelelahan sehingga ketika seorang bekerja dalam keadaan lelah dan terus bekerja seperti biasanya akan mengalami keluhan pada otot bahu. Penyebab nyeri *trapezius myalgia* atau kram otot yang dirasakan oleh responden dapat disebabkan oleh pekerjaan, misalnya petani dan buruh tani akibat penggunaan otot salah dalam posisi kerja misalnya angkat-angkat berat. Alat ukur yang digunakan yaitu NRS (*Numeric rating scale*) dengan 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.

Kekuatan pada saat kerja seperti angkat beban berat berakibat kelelahan sehingga ketika seorang bekerja dalam keadaan lelah dan terus bekerja seperti biasanya akan mengalami keluhan pada otot bahu. Penyebab nyeri *trapezius myalgia* atau kram otot yang dirasakan oleh responden dapat disebabkan oleh pekerjaan, misalnya petani dan buruh tani akibat penggunaan otot salah dalam posisi kerja misalnya angkat-angkat berat. Alat ukur yang digunakan yaitu NRS (*Numeric rating scale*) dengan 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 NRS biasanya disampaikan kepada pasien secara langsung maupun secara tidak langsung. Pada saat disajikan secara langsung maka NRS dapat disajikan dalam bentuk orientasi vertical atau horizontal.

Pengukuran nyeri ini telah terbukti sensitivitasnya terhadap pengobatan dalam kekuatan nyeri yang berguna untuk membedakan antara intensitas nyeri pada saat istirahat dan beraktivitas. NRS juga dapat dilakukan pada penelitian yang berupa analgesik yang sinkron untuk mendapatkan penilaian nyeri secara klinis. Bukti yang mendukung kevalidan dan kebenaran dari alat ukur NRS ini dapat digunakan pada pasien dewasa dan tua. Penilaian nyeri yang ditujukan pada pasien yang mengalami gangguan kognitif ringan dan pada lansia mungkin lebih disarankan menggunakan NRS yang meliputi kata isyarat dan angka yang lebih besar.

Menurut Anggoro (2014), *Trapezius Myalgia* atau istilah lain nyeri otot yang berawal dari beberapa penyakit atau gangguan yang ada pada tubuh, disebabkan oleh penggunaan otot yang salah juga mengakibatkan nyeri *trapezius myalgia* (Asmarani & Sancitadewi, 2019).

Penyebab terjadinya *Trapezius Myalgia* ialah penggunaan yang over stretching atau berlebihan pada bagian otot trapezius. Nyeri trapezius myalgia tersebut sangat berkaitan dengan otot trapezius disebabkan oleh stress atau ketegangan pada otot, ligament dan tendon yang sering terjadi ketika melakukan aktivitas setiap hari dengan cara berlebih seperti mengangkat benda-benda berat secara terus menerus dengan kuat dan salah. Nyeri otot *trapezius myalgia* menjalar di bagian punggung leher, pelipis dan belakang telinga (Sugijanto & Biantoro, 2008).

Definisi terapi bekam yaitu proses mengeluarkan darah yang mengandung racun/toksin yang berbahaya bagi tubuh melalui penusukan di permukaan kulit dengan cara penyedotan. Racun/toksin yang terkandung dalam kotor dapat mengganggu peredaran darah yang dapat berakibat terganggunya sistem peredaran darah dan tidak berjalan dengan baik.

Manfaat dari terapi bekam antara lain mengeluarkan/pelepasan darah kotor, baik darah yang teracuni maupun darah yang

statis, sehingga peredaran darah yang semula tersumbat akan kembali menjadi normal. Tubuh akan menjadi lebih ringan dan ndapan didalam darah kotor pada bagian bawah permukaan kulit pada seseorang yang dapat berakibat berat dan malas pada tubuh. Setelah diterapi bekam, maka rasa berat pada tubuh akan menjadi lebih ringan. Terapi bekam juga bermanfaat dapat menajamkan penglihatan. Akibat dari tersumbatnya aliran darah ke indra penglihatan dapat mengakibatkan penglihatan sehingga menjadi buram. Setelah di terapi bekam, peredaran darah yang tersumbat akan kembali lancar sehingga mata dapat melihat dengan terang dan jelas. Bekam juga dapat menyembuhkan segala macam penyakit. Rasulullah SAW mengisyaratkan bahwa terdapt 72 macam penyakit yang bisa disembuhkan dengan terapi bekam, seperti: darah tinggi, asam urat, kolestrol, darah tinggi, migrain, stroke, sakit mata, vertigo, sakit gigi, wasir, jerawat, sinusitis, sembelit, impotensi, wasir, kencing manis, ginjal, pengapuran, liver, dan lain-lain. (Tatang Rahmat, 2008)

Terapi bekam dibedakan menjadi dua jenis, yaitu bekam kering dan bekam basah. Terapi bekam kering dapat dilakukan dengan cara penyedotan pada permukaan kulit di bagian tubuh yang telah dikeluhkan sesuai titik meridian, (khususnya pada daerah punggung) alat yang digunakan untuk membekam yaitu kop vakum selama 3- 4 menit. Pada terapi bekam kering yang digunakan pada klien dengan indikasi kesulitan untuk bergerak, gangguan BAK dan BAB, rasa mual dan haid yang tidak lancar. Jenis terapi bekam basah dimulai dengan pengkopian pada bagian tubuh tertentu selama 3-4 menit. Setelah kop dilepas, dilakukan penusukan pada permukaan kulit yang sama menggunakan jarum steril, selanjutnya akan dilakukan pengkopian berikutnya untuk pengeluaran darah.

Terapi bekam memiliki efek samping seperti dapat meninggalkan bekas, Warna hitam ke unguan yang terlihat dikulit saat selesai bekam namun kondisi ini biasanya hilang dalam rentang waktu kurang satu

minggu, kondisi seperti ini biasanya dikenal dengan reaksi pigmen. Kondisi tubuh yang lemah biasanya biasanya terjadi saat pasien dalam kondisi lapar dilakukan terapi bekam, sehingga untuk mengantisipasi efek samping ini sebaiknya sebelum dilakukan tindakan pasien makan terlebih dahulu. Pasien yang melakukan bekam bisa tertular penyakit. Efek samping ini terjadi jika alat yang di gunakan tidak steril. Jadi untuk menghindari penularan penyakit pastikan alat yang akan di gunakan steril.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan yakni *pra eksperimental* dengan pendekatan *one group pra-post test desingn* yang artinya data yang meliputi variable bebas atau faktor resiko variable terikat diobservasi sekaligus dan dikumpulkan pada waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2013). Populasi adalah seluruh objek penelitian yang mempunyai karakteristik tertentu yang dapat diteliti (Nursalam, 2016). Subjek maupun objek dalam penelitian ini adalah seluruh petani khususnya yang mengeluhkan nyeri *trapezius myalgia* dengan jumlah populasi 30 orang . Sampel pada penelitian ini adalah sebagian petani yang menderita nyeri trapezius myalgia di Ds. Kanten Kec.Trucuk Kab.Bojonegoro sejumlah 15 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Terapi bekam basah merupakan variabel independent terhadap nyeri trapezius myalgia pada petani.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data yang dibantu oleh terapis bekam setempat dan kader desa. Sebelum dilakukan terapi responden di ukur tekanan darah dikarenakan pasien yang mengalami anemia tidak dianjurkan untuk dibekam. Pembekaman dilakukan selama 30 menit dengan jarak waktu 5 hari. Setelah dilakuan terapi dilakukan pengukuran nyeri dengan menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*) dengan

kriteria skala 1-10 1-3 nyeri ringan , 4-6 adalah nyeri sedang dan 7-10 menunjukkan nyeri berat.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Bivariat

a) Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada petani di Desa Kanten Kec. Trucuk Kab. Bojonegoro

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	6	40
Perempuan	9	60
Total	15	100

Tabel 5.1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden berjenis kelamin perempuan yang berjumlah 9 orang petani (60%).

b) Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur pada petani di Ds. Kanten Kec.Trucuk Kab.Bojonegoro.

Umur	Frekuensi	Presentase (%)
30-39	9	60
40-49	4	26,6
50-60	2	13,4
Total	15	100

Berdasarkan tabel 5.2 diatas menunjukkan bahwa Sebagian besar responden berumur 30-45 (60%).

c) Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan pekerjaan pada petani di Ds. Kanten

Kec. Trucuk Kab. Bojonegoro.

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
Petani	10	66,6
Buruh Tani	5	34,3
Total	15	100

Berdasarkan tabel 5.3 diatas menunjukkan bahwa Sebagian besar responden bekerja sebagai petani dengan jumlah 10 orang (66,6%).

1. Analisis Bivariat

a) Nyeri trapezius myalgia sebelum terapi bekam basah

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden sebelum dilakukan terapi bekam basah pada petani yang menderita nyeri trapezius myalgia di Ds.Kanten Kec. Trucuk Kab. Bojonegoro

Sebelum	Frekuensi	Presentase (%)
Nyeri Berat	9	60
Nyeri Sedang	6	40
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 5.4 diatas menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki kriteria menderita nyeri berat sebelum diterapi bekam basah dengan jumlah 9 orang petani (60%).

b) Nyeri Trapezius setelah diberikan terapi bekam basah.

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi responden sesudah dilakukan terapi bekam basah di Ds. Kanten Kec. Trucuk Kab. Bojonegoro

Sesudah	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Nyeri	3	20
Nyeri Sedang	9	60
Nyeri Berat	3	20
Jumlah	15	100

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki

kriteria nyeri sedang setelah direapi bekam basah dengan jumlah 9 orang petani (60%).

c) Pengaruh terapi bekam terhadap nyeri *trapezius myalgia*.

Tabel 5.6 Tabulasi silang pengaruh terapi bekam basah terhadap nyeri *trapezius myalgia* pada petani di Ds. Kanten Kec. Trucuk Kab. Bojonegoro

Kriteria Nyeri	Terapi bekam basah			
	Sebelum	%	Sesudah	%
Tidak Nyeri	0	0	3	20
Nyeri Sedang	6	40	9	60
Nyeri Berat	9	60	3	20
Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden tidak ada satupun masuk kedalam kriteria tidak nyeri dengan jumlah 0 (0%), hampir dari setengahnya responden menderita nyeri sedang dengan jumlah 6 orang (40%) dan sebagian responden menderita nyeri berat dengan jumlah 9 orang (60%) sebelum dilakukan terapi bekam basah, Dan dari sebagian kecil responden memiliki kriteria tidak nyeri 3 orang (20%), hampir seluruh responden memiliki kriteria nyeri sedang 9 orang (60%), dan sebagian kecil responden memiliki kriteria nyeri berat 3 orang (20%) setelah dilakukan terapi bekam basah.

Analisis pengaruh terapi bekam terhadap nyeri *trapezius myalgia* pada petani Analisis data dilakukan secara bivariat dengan menggunakan uji *wilcoxon* yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi bekam basah terhadap nyeri *trapezius myalgia* pada petani.

Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *wilcoxon* didapatkan hasil bahwa *p value* sebesar 0,007. Hasil *p value* pada penelitian ini menjelaskan nilai *p value* < α (0,05) yang mempunyai perbedaan jumlah nilai yang bermakna sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi bekam terhadap nyeri *trapezius myalgia*

pada petani didesa kanten kec. Trucuk kab. Bojonegoro.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 5.1 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebelum diterapi bekam basah tergolong mengalami nyeri trapezius myalgia berat sebanyak 9 responden (60%).

Menurut peneliti perempuan sering mengalami nyeri dikarenakan faktor hormon estrogen karena perempuan berperan penting dalam pekerjaan rumah sehingga mengakibatkan otot menjadi tegang. Nyeri otot juga dipengaruhi jenis kelamin, kebudayaan, usia, makna nyeri, ansietas, pengalaman sebelumnya, gaya coping, kelelahan, dan dukungan sosial dan keluarga

Menurut teori Notoatmodjo (2014) menyatakan bahwa faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya nyeri trapezius myalgia adalah pekerjaan berat seperti beban tambahan, kemampuan kerja dan beban kerja. Faktor atau hal lain nyeri yang dapat mempengaruhi diantaranya adalah gizi dan kesehatan ibu, genetika dan lingkungan setempat.

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami nyeri trapezius myalgia sebelum diterapi bekam berumur 30-45 dengan 9 responden (60%).

Menurut peneliti umur berpengaruh terhadap nyeri trapezius myalgia karena di umur 30-45 tahun banyak beban yang harus dilakukan sehingga pembebanan otot menjadi tegang dan mengakibatkan nyeri dimana otot menjadi tegang atau terdapat kelainan struktural tulang atau saraf sehingga mengakibatkan nyeri, bisa nyeri ringan sampai nyeri berat, mempengaruhi tangan, punggung dan leher. Dari penelitian Fajrina Lathu (2019) bahwa umur yang paling dominan antara umur 36-45 tahun yaitu sebanyak 17

responden (53,1), dengan jenis kelamin laki-laki 13 responden (40,6). Pada orang dewasa mengalami nyeri jika sudah patologis dan kerusakan fungsi tendon dan ligamen.

Berdasarkan tabel 5.3 didapatkan bahwa sebagian besar petani yang mengalami nyeri trapezius myalgia berat melakukan pekerjaan sebagai petani dengan jumlah responden 10 (66,6%).

Menurut pendapat peneliti aktivitas pekerjaan sebagai petani tergolong berat karena melakukan beban secara terus menerus setiap hari, bahwa faktor yang menyebabkan nyeri trapezius myalgia disebabkan penggunaan otot secara berlebih dan melakukan aktivitas yang berat menyebabkan nyeri ringan sedang jika nyeri tidak segera diatasi maka akan menjadi nyeri berat faktor ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menimbulkan rasa tidak nyaman maka dari itu petani harus mengimbangi dengan istirahat yang cukup sehingga otot dapat rileks kembali. Menurut teori (Purwanto, 2017) nyeri bahu yang diderita pada pekerja berat misalnya petani, dapat diturunkan dengan menggunakan beberapa metode, diantaranya pemijatan pada punggung, mengompres pada bagian yang nyeri, pijat bahu yang nyeri dan bekam basah. Bekam basah adalah salah satu cara untuk menurunkan nyeri punggung yang paling efektif.

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri trapezius myalgia berat atau dapat dikategorikan nyeri berat yaitu sebanyak 9 (60%) sebelum dilakukan terapi bekam basah.

Menurut peneliti petani yang melakukan pembebanan otot yang berlebihan akan memengaruhi otot menjadi tegang petani yang memiliki nyeri *trapezius myalgia* bila mendapat penanganan yang tepat dan adekuat maka prognosis kasus ini adalah ringan. Pada petani yang mungkin sudah memahami cara penanganan nyeri untuk memutuskan apa saja yang baik untuk menangani atas nyeri yang dikeluhkan,

nyeri trapezius myalgia beban kerja secara fisik dapat berakibat kelelahan sehingga seorang yang bekerja dalam keadaan lelah dan terus bekerja sehingga memiliki keluhan seperti nyeri pada otot skeletal. Penyebab nyeri trapezius myalgia atau nyeri pada otot responden juga diakibatkan dari pekerjaan, seperti petani dan buruh tani akibat tindakan yang memang salah dalam posisi kerja misalnya angkat- angkat berat sehingga nyeri akan semakin bertambah berat.

Menurut teori Handoko (2008) bahwa penyebab nyeri myalgia atau kata lain nyeri otot pada responden juga berakibat dari pekerjaannya setiap hari, misalnya buruh tani, petani, ibu rumah tangga dan wiraswasta dan lain-lain akibat penggunaan otot yang salah posisi kerja, angkat berat, atau keletihan, dll. Pada umumnya dapat dibuktikan bahwa nyeri otot timbul karena salah gerak dan salah posisi. Menurut medis, nyeri otot disebabkan adanya timbunan asam laktat di dalam jaringan otot.

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki nyeri sedang setelah diterapi bekam basah selama 2 kali pembekaman dengan jarak waktu 5 hari setelah pembekaman pertama dan tergolong ada penurunan sebanyak 9 orang (60%).

Peneliti beranggapan bahwa terapi bekam basah berpengaruh bagi penurunan nyeri trapezius myalgia pada petani. penelitian sesuai dengan yang dikemukakan oleh peneliti bahwa terapi bekam adalah salah satu metode pembersihan darah yang tidak hanya memberikan keseimbangan dan kenyamanan pada tubuh tetapi dapat juga menjaga metabolisme tubuh. Tetapi terapi bekam ini salah satu cara agar dapat menurunkan nyeri atau menyembuhkan berbagai macam penyakit dengan cara penusukan pada permukaan kulit dan penyedotan sesuai aturan terapi bekam diberikan. Selain itu salah satu cara untuk menyembuhkan penyakit dengan cara pelepasan/pengeluaran darah kotor dari anggota tubuh dosis untuk terapi bekam

biasanya diberikan 2 kali dalam 3 minggu (Tafsir arifin, 2017).

Pada penelitian Lauche (2012), bekam mengambil daerah dari jaringan bermanfaat untuk meringankan rasa nyeri bagian leher dan bahu dari darah yang mengandung toksin/darah kotor, serta meningkatkan sirkulasi dan aliran limfatik sehingga terjadi pengurangan rasa sakit. Terapi bekam dilakukan penyayatan tipis dan kecil di permukaan kulit dilanjutkan penyedotan dan pengekapan sehingga mengakibatkan ekskresi melalui kulit yaitu suatu proses pengeluaran darah kotor melalui permukaan kulit yang dilakukan dengan cara penusukan pada permukaan kulit dan dilanjutkan dengan adanya penyedotan.

Hasil uji statistik dengan metode uji *wilcoxon* didapatkan hasil nilai p value sebesar 0,007 adalah kurang dari 0,05 ($p=0,007 < \alpha=0,05$), yang berarti ada pengaruh terapi bekam basah terhadap nyeri *trapezius myalgia* pada petani di Desa kanten Kec. Trucuk Kab. Bojonegoro. Pelaksanaan terapi bekam ini dilakukan didesa kanten kec. Trucuk kab. Bojonegoro dengan terapis bekam setempat. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan nyeri *trapezius myalgia* dengan kategori nyeri sedang setelah diterapi bekam basah selama 2 kali pembekaman dalam waktu 30 menit.

Perbedaan tingkat nyeri pada petani terlihat setelah diterapi bekam basah dan diberikan perlakuan dan memiliki tingkat nyeri sedang sejumlah 9 responden. Selama pemberian perlakuan berupa terapi bekam basah, perubahan mulai terlihat pada pemberian yang ke 2, responden merasa ringan dan tingkat nyeri sudah mulai menurun dan beraktivitas seperti biasanya tanpa harus menahan nyeri. Hasil yang diperoleh setelah perlakuan tersebut menunjukkan bahwa terapi bekam mampu menurunkan nyeri trapezius myalgia seperti mengontrol nyeri. Data observasi menunjukkan bahwa adanya penurunan dari berat ke sedang sejumlah 9 orang ini disebabkan oleh penggunaan beban pada bahu yang berlebihan. Terapi bekam

berpengaruh bagi penurunan nyeri *trapezius myalgia*, terapi bekam basah mampu mengeluarkan darah kotor/ toksin yang dapat menurunkan nyeri, baik darah yang baik maupun darah yang teracuni, sehingga peredaran darah awalnya terganggu menjadi lancar kembali dan tubuh menjadi ringan. Beberapa kandungan dari darah kotor yang tertumpuk di bawah permukaan kulit biasanya seseorang akan menjadi malas dan berat, adanya terapi bekam maka dapat meringankan tubuh.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Nyeri *trapezius myalgia* pada petani didesa kanten kecamatan trucuk kabupaten bojonegoro sebelum diberikan terapi bekam basah sebagian besar mengalami nyeri berat.
2. Nyeri *trapezius myalgia* pada petani didesa kanten kecamatan trucuk kabupaten bojonegoro setelah diterapi bekam basah sebagian besar nyeri sedang.
3. Ada pengaruh terapi bekam basah terhadap nyeri *trapezius myalgia* didesa kanten kecamatan trucuk kabupaten bojonegoro.

Saran

1. Bagi Perawat
Diharapkan perawat dapat menjadikan terapi bekam sebagai salah satu intervensi non farmakologis dalam mengurangi rasa nyeri pada responden dalam segala penyakit.
2. Bagi Dosen dan Mahasiswa
Diharapkan dosen dan mahasiswa dapat melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat tentang terapi bekam dalam mengatasi nyeri secara umum.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan peneliti selanjutnya

dapat melakukan penelitian dengan menggunakan kelompok kontrol untuk mengetahui efektivitas terapi bekam dalam mengurangi nyeri dan menggunakan sampel yang lebih banyak

KEPUSTAKAAN

- Asmarani, F. L., & Dewi, L. G. R. S. (2019a). Bekam Menurunkan Keluhan Myalgia. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 6(3), 636–640.
- Arifin Tafsir, 2017. *Dahulukan Dawuh Rasulullah*. Crew Bekam: Kediri.
- Fatahillah A. 2006. Keampuhan Bekam. Tangerang Qultum: Media
- Handoko, P. (2008). *Pengobatan Alternatif*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Hidayat, A., A., A., (2016). *Metode Penelitian Kebidanan & Teknik Analisa Data*, Jakarta, Salemba Medika
- Muchlisin Riadi 23 Jul, 2020 bekam Pengertian, Manfaat, Jenis dan Langkah-langkahnya
- Notoatmodjo, S., 2013, metode penelitian Kesehatan, Jakarta. Rineka cipta.
- Nursalam, 2017 konsep & peranan metodologi penelitian ilmu keperawatan ,Jakarta salemba medika.
- Purnama, Y. H. C. (2018a). Pengaruh Bekam terhadap Penurunan Nyeri pada Klien dengan Trapezius Myalgia pada Pekerja Angkut di Kecamatan Jelbuk Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 66–76.
- Purwanto, E. D. (2017). *ENGARUH TERAPI BEKAM BASAH*

*TERHADAP PERUBAHAN NYERI
PUNGGUNG PADA PEKERJA
BERAT (PETANI). STIKES Insan
Cendekia Medika Jombang*

- Riskesdas, 2020. *Nyeri trapezius myalgia* pada petani 2020.
- Roidah. 2014, 16. *Keajaiban Pengobatan Islam*, Jakarta : Zikrul Hakim.
- Sugiono, 2013. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND*. Bandung: Alfabeta.
- Umar, Wada'. A, dr. 2008. Sembuh dengan satu titik. Solo: Al-Qowam Purnama, Y. H. C. (2018a). Pengaruh Bekam terhadap Penurunan Nyeri pada Klien dengan Trapezius Myalgia pada Pekerja Angkut di Kecamatan Jelbuk Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 66–76.
- Waluyo, A. B. (2019). ENGARUH TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA HIPERKOLESTEROLEMIA (Studi di Dusun Sambong Dukuh Jombang). *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Widada, Wahyudi. 2011. *Terapi Bekam sebagai solusi cerdas mengatasi radikal bebas akibat rokok*. Bandung: Lubuk Agung