

**PENGARUH TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP PERUBAHAN NYERI
PUNGGUNG PADA PEKERJA BERAT (PETANI)**

Eko Dian Purwanto*Marxis UdayaIva Milia HR*****

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan suatu masalah yang mengganggu aktifitas serta kenyamanan sehari-hari, sebagian besar pekerja berat (petani) mengalami masalah nyeri pada punggung yang terjadi karena aktifitas kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi bekam basah terhadap pekerja berat (petani) di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang. Desain penelitian ini adalah *one group pre-post test design*, menggunakan uji statistik *Wilcoxon*, populasinya adalah seluruh pekerja berat (petani) yang mengalami nyeri punggung di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan *random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner, Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi bekam basah sedangkan variabel dependennya adalah nyeri punggung dan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri berat terkontrol sebelum diberikan intervensi dan setelah dilakukan intervensi sebagian besar responden mengalami nyeri ringan. Berdasarkan hasil uji analisa *Wilcoxon* didapatkan hasil $p = 0,006 < \alpha = 0.05$ artinya H_1 diterima yang menunjukkan ada pengaruh bekam basah terhadap penurunan nyeri pada pekerja berat (petani). Berdasarkan hasil penelitian tersebut disimpulkan bahwa ada pengaruh bekam basah terhadap perubahan nyeri punggung pada pekerja berat (petani) di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang.

Kata kunci : bekam, nyeri punggung, pekerja berat (petani)

***THE EFFECT OF WET CUPPING THERAPY TO
CHANGES IN BACK PAIN IN HEAVY WORKERS (FARMERS)***

ABSTRACT

Back pain is a problem that disturb a daily activities and comfortable, a lot of heavy worker (farmers) have back pain problems caused by their activities. This study has purpose to analyze the effect of wet cupping therapy on heavy worker (farmer) in Gembrong-Japanan Village Mojowarno-Jombang. The design of this study is one group pre-post test design, using Wilcoxon statistical test, the population is the heavy workers (farmers) that get back pain in Gembrong-Japanan Village, Mojowarno-Jombang. The sampling technique is random sampling. Independent Variable in this study is wet cupping therapy while the dependent variable is back pain and the data collection is questionnaire. The result shows that a lot of respondent has worse pain control before they are given intervention and after given intervention, most of them had mild pain. Based on Wilcoxon test the results is: $P = 0.006 < \alpha = 0.05$ It means that H_1 is accepted. The conclusion of this research is there is effect of wet cupping on the change of back pain on heavy worker (farmer).

Keywords: cupping, back pain, heavy worker (farmer)

PENDAHULUAN

Nyeri Punggung merupakan suatu sindroma nyeri yang terjadi pada region punggung bagian bawah yang merupakan akibat dari berbagai sebab. Gangguan ini paling banyak ditemukan pada pekerja berat salah satunya petani, terutama pada mereka yang beraktivitas dengan posisi tubuh yang salah (Mayrika Pratiwi H, dkk 2009, 62). Nyeri punggung merupakan keluhan yang sering terjadi di masyarakat yang biasanya terjadi pada pekerja berat, yaitu timbulnya rasa pegal, linu, ngilu, atau tidak enak pada daerah punggung yang dapat disebabkan oleh tarikan, tekanan, dorongan yang melebihi daya elastisitas dari otot yang menjadikan otot menjadi tegang. Pekerja berat sendiri mencakup berbagai jenis pekerjaan diantaranya kuli panggul, karyawan produksi, dan juga petani yang juga dapat mengakibatkan nyeri punggung.

Nyeri punggung yang dialami oleh pekerja berat (petani) dapat dihilangkan dengan berbagai metode terapi diantaranya kompres hangat, pijat punggung dan bekam. Salah satu cara dalam penatalaksanaan nyeri punggung yang paling efektif adalah metode terapi bekam basah (Roidah, 2014, 16). Sedangkan jurnal ini memiliki rumusan masalah Apakah ada pengaruh terapi bekam basah terhadap perubahan nyeri punggung pada pekerja berat (petani) di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang ?.

Selain itu tujuan dari penelitian ini adalah Menganalisis pengaruh terapi bekam basah terhadap perubahan nyeri punggung pada pekerja berat (petani). Dan Mengidentifikasi nyeri punggung sebelum dibekam basah, Mengidentifikasi nyeri punggung sesudah dibekam basah. Menganalisis pengaruh bekam basah terhadap nyeri punggung.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Rancangan Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimen design* (eksperimen semu). Penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian *one grup pra-post test design* (rancangan pra-pasca tes dalam satu kelompok) yaitu mengungkapkan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok subjek. Kelompok subyek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, dan kemudian diobservasi lagi perubahan setelah diintervensi, populasi dalam penelitian ini adalah pekerja berat (petani) di Dusun Gembrong Desa Japanan Kec Mojowarno Jombang yang berjumlah 18 orang, sampel 10 orang dengan teknik *simple random sampling*, pengolahan data *editing, coding, scoring* dan *tabulating*. variabel independen terapi bekam basah, variabel dependen penurunan nyeri punggung, pengumpulan data menggunakan kuesioner, analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang Provinsi Jawa Timur. Lokasinya terletak pada dataran rendah, sebagian besar wilayah tersebut sebagian besar adalah tanah pertanian sawah maupun ladang pemukiman. Jarak Dusun dengan pusat pemerintah kabupaten sekitar 18 km.

Batas Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang Utara : Dusun Sedah Barat : Dusun Gempol Selatan : Hutan Desa Mojoduwor Timur : Hutan Desa Japanan.

Data Umum

Distribusi frekwensi responden pekerja berat (petani) berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin studi di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang, yang dilaksanakan pada Bulan April 2017.

Jenis kelamin	Jumlah	Presentase (%)
Perempuan	1	10 %
Laki - laki	9	90 %
Jumlah	10	100 %

Sumber : Data primer 2017

Berdasarkan tabel 1 di ketahui bahwa hampir seluruhnya responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 9 (90 %) responden.

Distribusi frekwensi berdasarkan usi responden pekerja berat (petani)

Tabel 2 Distribusi frekwensi responden berdasarkan usia studi di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang, yang dilaksanakan pada Bulan April 2017.

Usia	Jumlah	Presentase (%)
30 - 60 Tahun	9	90 %
61 - 75 Tahun	1	10 %
>75 Tahun	0	0 %
Jumlah	10	100 %

Sumber : Sumber : Data primer 2017

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa hampir seluruhnya responden berusia 30 - 60 tahun yaitu sebanyak 9 (90 %) responden.

Data kusus

Data khusus ini akan di jelaskan tentang hasil penelitian dari variabel yaitu Pengaruh bekam basah terhadap perubahan nyeri punggung pada pekerja berat (Petani) di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang Pada Bulan april 2017, serta analisis data dengan uji *Wilcoxon* yang menggambarkan Terapi Bekam Basah terhadap Perubahan Nyeri Punggung pada Pekerja Berat (petani).

Intensitas nyeri sebelum terapi bekam basah

Tabel 3 Distribusi frekwensi responden berdasarkan intensitas nyeri punggung sebelum dilakukan terapi bekam basah di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang Pada Bulan april 2017.

No	Tingkat Intensitas Nyeri	Jumlah	Presentase (%)
	Tidak Nyeri (0)		
1	Nyeri ringan (1-3)	0	0 %
2	Nyeri sedang (4-6)	1	10 %
3	Nyeri berat terkontrol (7-9)	6	60 %
4	Nyeri berat tidak terkontrol (10)	3	30 %
5	Nyeri berat tidak terkontrol (10)	0	0 %
	Jumlah	10	100 %

Sumber : Data primer 2017

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebelum dilakukan terapi bekam, responden mengalami nyeri punggung sedang sebanyak 6 (60%) responden yaitu sebagian besar dari jumlah responden.

Intensitas nyeri sesudah dilakukan terapi bekam

Tabel 4 Distribusi frekwensi responden berdasarkan intensitas nyeri punggung sesudah dilakukan terapi bekam basah di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang Pada Bulan april 2017.

No	Tingkat Intensitas Nyeri	Jumlah	Presentase (%)
1	Tidak Nyeri (0)	0	0 %
2	Nyeri ringan (1-3)	7	60 %
3	Nyeri sedang (4-6)	3	40 %
4	Nyeri berat terkontrol (7-9)	0	0 %
5	Nyeri berat tidak terkontrol (10)	0	0 %
	Jumlah	10	100 %

Sumber : Data primer 2017

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden setelah di lakukan terapi bekam basah responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 (70%) responden.

Intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam

Tabel 5 Distribusi frekwensi responden berdasarkan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam basah di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang Pada Bulan april 2017.

No	Tingkat Intensitas Nyeri	Sebelum		Sesudah	
		Total	Presentase (%)	Total	Presentase (%)
1	Tidak Nyeri (0)	0	0 %	0	0 %
2	Nyeri ringan (1-3)	1	10 %	7	70 %
3	Nyeri sedang (4-6)	6	60 %	3	30 %
4	Nyeri berat terkontrol (7-9)	3	30 %	0	0 %
5	Nyeri berat tidak terkontrol (10)	0	0 %	0	0 %
Jumlah		10	100 %	10	100 %
Hasil uji statistic Wilcoxon				Nilai p = 0.006	

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa sebelum dilakukan terapi bekam, responden mengalami nyeri punggung sedang sebanyak 6 (60%) responden yaitu sebagian besar dari jumlah responden. Diketahui bahwa sebagian besar responden Setelah di lakukan terapi bekam basah responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 (70 %) responden. Berdasarkan tabel 5.5 di ketahui hasil uji *Wilcoxon* di dapatkan nilai $p = 0.006$ yang lebih kecil dari α (0,05), maka H_1 di terima. Artinya ada pengaruh pemberian terapi bekam basah terhadap perubahan nyeri punggung pada pekerja berat (Petani) di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang.

Tabel 6 Hasil tabulasi pengaruh Terapi Bekam basah terhadap Perubahan Nyeri punggung di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang Pada Bulan april 2017.

No	Intensitas Nyeri	Jumlah	Presentase (%)
1	Menurun	9	90 %
2	Menetap	1	10 %
3	Bertambah	0	0
Jumlah		10	100 %

Sumber : Data Primer tahun 2017

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa sebagian besar nyeri yang di alami responden setelah di lakukan terapi bekam menurun sejumlah 9 (90 %) responden.

PEMBAHASAN

Nyeri sebelum diberikan terapi bekam basah

Berdasarkan tabel 3 dijelaskan bahwa nyeri responden sebelum diberikan terapi bekam basah sebagian besar mengalami nyeri sedang sebanyak 6 orang (60%). Hal ini menunjukkan bahwa selama penelitian berlangsung responden banyak yang mengalami nyeri saat melakukan kegiatan sehari-hari. Sehingga dengan diberikan terapi bekam basah pada responden yang bertujuan untuk meringankan rasa nyeri yang diderita. Salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri adalah usia. Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa hampir seluruhnya responden berusia < 60 tahun yaitu sebanyak 9 orang (90 %) responden.

Hasil dari penelitian ini, maka peneliti dapat berpendapat bahwa nyeri adalah suatu sensasi yang dialami oleh seseorang yang bersifat subyektif maka setiap orang akan merasakan sensasi nyeri yang berbeda-beda setiap individunya, seseorang usia produktif pada usia 30 - 60 tahun akan lebih beresiko terkena nyeri punggung karena intensitas potensi kerja yang melebihi porsi kerja seseorang. Umumnya seseorang usia 30 - 60 tahun akan bekerja lebih keras untuk mencapai suatu tujuan yang direncanakan yang bahkan tanpa memperhitungkan posisi kerja dan waktu kerja. Sebelum dilakukan terapi bekam basah nyeri yang dirasakan responden cenderung menetap karena otot punggung para responden masih tegang

dan memungkinkan adanya thrombosis di area punggung.

Nyeri merupakan kondisi berupa perasaan tidak menyenangkan bersifat sangat subjektif karena perasaan nyeri berbeda pada setiap orang dalam hal skala atau tingkatannya, dan hanya orang tersebutlah yang dapat menjelaskan atau mengevaluasi rasa nyeri yang dialaminya (Alimul, 2009, 58). Menurut jurnal penelitian Ernawati Dwi seseorang mengalami nyeri dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, waktu kerja dan posisi kerja begitupun nyeri pada bagian punggung juga dapat dipengaruhi oleh hal tersebut. (Ernawati Dwi, 2015, 5-6)

Nyeri sesudah diberikan terapi bekam basah

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sebagian besar responden setelah dilakukan terapi bekam basah responden yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 (70 %) responden hal ini terjadi karena responden saat dilakukan bekam basah sangat kooperatif dan menuruti semua intruksi dari terapis sehingga dapat memberikan hasil yang maksimal.

Menurut pendapat peneliti menunjukkan bahwa setelah responden diberikan terapi bekam basah nyeri responden menjadi berkurang dan responden yang merasa lebih nyaman untuk melakukan aktifitas sehari-hari, hal ini menunjukkan bahwa terapi bekam basah dapat memberikan kenyamanan bagi responden dimana sebelum diberikan senam rematik responden merasa tidak nyaman untuk melakukan aktifitas sehari-hari. Peneliti berpendapat bahwa nyeri punggung yang dialami oleh pekerja berat dapat turun sensasinya karena otot-otot di area punggung konsentrasi ketegangannya menurun sehingga aliran darahnya menjadi lancar.

Nyeri adalah pengalaman sensori nyeri dan emosional yang tidak menyenangkan yang berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual dan potensial yang tidak menyenangkan yang terlokalisasi pada suatu bagian tubuh

ataupun sering disebut dengan istilah destruktif dimana jaringan rasanya seperti di tusuk-tusuk, panas terbakar, melilit, seperti emosi, perasaan takut dan mual (Judha, 2012, 1).

Bekam basah yaitu menghisap permukaan kulit dan memijat tempat sekitarnya dengan mengeluarkan darah kotor untuk menghilangkan thrombosis dalam pembuluh darah. Bekam basah ini berkhasiat untuk melegakan sakit secara darurat atau digunakan untuk meringankan kenyerian urat-urat karena nyeri punggung, juga penyakit-penyakit penyebab nyeri. (2014, 18).

Pengaruh bekam basah terhadap nyeri punggung pada pekerja berat (petani)

Dari analisa data dengan menggunakan program komputerisasi dengan uji *wilcoxon* pada tabel 5 didapatkan nilai $P = 0,006$ yang lebih kecil dari $\alpha (0,05)$, maka H_1 diterima. Artinya ada pengaruh pemberian terapi bekam terhadap perubahan nyeri punggung pada pekerja berat (Petani) di Dusun Gembrong Desa Japanan Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang. Hasil penelitian pada table 6 menunjukkan bahwa setelah dilakukan perlakuan terapi bekam, diketahui bahwa hampir seluruhnya responden mengalami penurunan intensitas nyeri sebanyak 9 orang (90%) responden. Bekam merupakan metode pengobatan kuno yang dapat menimbulkan berbagai manfaat untuk kesehatan serta bermanfaat untuk berbagai penyembuhan penyakit baik itu bersifat akut maupun kronis seperti menyembuhkan migren, vertigo, nyeri, tekanan darah tinggi serta meningkatkan daya tahan tubuh seseorang. (Roidah, 2014, 15)

Setelah penelitian hampir semua pekerja berat petani memiliki respon yang lebih baik terhadap nyeri setelah dilakukan terapi bekam basah. Selain itu juga dapat menyembuhkan penyakit-penyakit yang lain seperti diabetes, hipertensi dan dapat menyembuhkan nyeri, nyeri punggung pada pekerja berat petani juga dapat diturunkan

intensitasnya dengan terapi bekam basah yang rutin dan benar dalam pelaksanaannya. Dilihat dari hasil di atas tingkat keberhasilan dari bekam basah dalam menurunkan intensitas nyeri punggung cukup tinggi yang rata-rata usia pekerja beratnya 30 - 60 tahun sehingga peneliti berpendapat bahwa bekam basah dapat menjadi alternatif yang cukup baik dalam mengatasi masalah nyeri. Selain itu menurut peneliti bekam basah bukan merupakan tindakan yang dapat menyembuhkan nyeri punggung responden melainkan sebagai tindakan alternative untuk menurunkan intensitas nyeri yang dirasakan responden karena dari semua responden hanya menunjukkan perubahan intensitas nyeri tanpa bias menghilangkan intensitas nyerinya. Tetapi jika ingin mendapatkan hasil yang maksimal untuk menghilangkan nyeri yang dialami responden dapat dilakukan terapi bekam basah secara teratur dan dalam jangka waktu yang lama.

Nyeri merupakan mekanisme fisiologis tubuh yang bertujuan untuk melindungi diri gangguan setimulus tertentu yang diterima oleh tubuh yang dapat dipengaruhi umur jenis kelamin aktivitas dll (Saryono, 2011, 103).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka disimpulkan sebagai berikut :

1. Nyeri punggung pada pekerja berat (petani) sebelum di lakukan terapi bekam basah sebagian besar adalah nyeri sedang.
2. Nyeri punggung pada pekerja berat (petani) sesudah dilakukan terapi bekam basah hampir seluruhnya intensitas nyeri yang dialami responden adalah ringan.
3. Ada pengaruh terapi bekam basah terhadap perubahan nyeri punggung pada pekerja berat (petani).

Saran

1. Bagi petugas kesehatan

Dapat dijadikan sebagai dasar pertimbangan dan informasi untuk melakukan kolaborasi dalam pemberian intervensi keperawatan yang mandiri dalam untuk menurunkan nyeri punggung.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Perlu adanya peningkatan kemampuan dan pemberian terapi lebih lama, sehingga hasil yang diperoleh akan menggambarkan hasil yang lebih maksimal, dan di harapkan dalam penelitian selanjutnya dapat menampilkan kelompok kontrol sehingga perbedaan terlihat jelas pada subjek yang akan diteliti serta dapat menentukan jumlah responden pasti sebelum melakukan penelitian. Berdasarkan dari hasil penelitian menunjukkan hasil perubahan yang cukup baik hendaknya para pekerja berat (petani) menjadikan bekam basah sebagai alternative utama untuk menurunkan nyeri punggung.

KEPUSTAKAAN

- Alimul, 2009 *Kebutuhan Dasar Manusia*, Buku 1. Salemba Medika : Jakarta
- Erna, Duwi.2015 *Hubungan Antara Sarana Kerja, Lama Kerja dan Sikap Kerja dengan Keluhan Sebyektif Nyeri Punggung Pada Petani*. Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro, Semarang, eprint.dinus.ac.id/17426/,
- Judha m, dkk 2012.teori pengukuran nyeri & nyeri persalinan. Yogyakarta; Nuha Medika.
- Pratiwi Mayrika H, dkk. 2009, 62. *Beberapa Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Penjual Jamu Gendong*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang, <http://ejournal.undip.ac.id/index.php>

[/article/view/2429](#). Diakses 17
februari 2017.

Roidah. 2014, 16. *Keajaiban Pengobatan Islam*, Jakarta : Zikrul Hakim.

Silviyani Velina, dkk. 2013 *Hubungan Posisi Bekerja Petani Lansia Dengan Resiko Terjadinya Nyeri Punggung Bawah Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe Kabupaten Jember* (jurnal). UNEJ. Jember. <http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/60740/Velina%20Silviyani.pdf?sequence=1> Diakses tanggal 14 februari 2017.