

## Implementasi Terapi Bekam Terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia dengan Gout Arthritis di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung

Yuniawati<sup>1</sup>, Rohani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Keperawatan, STIKes Sismadi, Indonesia  
yuniawati@gmail.com

<b>Info Artikel</b>	<b>ABSTRACT</b>
<b>Article history:</b> Dikirim 10 Februari, 2022 Direvisi 28 Maret, 2022 Diterima 20 Juni, 2022	Gout arthritis adalah penyakit inflamasi yang menyebabkan nyeri dan ketidaknyamanan pada sendi, terutama pada lansia. Terapi bekam adalah metode tradisional yang telah digunakan untuk mengurangi nyeri dan peradangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi bekam dalam menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan pre-test dan post-test. Sebanyak 25 lansia dengan gout arthritis menerima terapi bekam sebanyak dua kali seminggu selama dua minggu. Intensitas nyeri diukur menggunakan skala Visual Analog Scale (VAS) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil menunjukkan penurunan signifikan pada intensitas nyeri setelah terapi bekam. Rata-rata skor nyeri menurun sebesar 3,4 poin pada skala VAS setelah empat kali sesi terapi. Terapi bekam terbukti efektif dalam menurunkan nyeri pada lansia dengan gout arthritis dan dapat menjadi alternatif non-farmakologis untuk manajemen nyeri.
<b>Kata Kunci:</b> Terapi bekam, nyeri, gout arthritis, lansia, pengobatan tradisional	<p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC BY-SA</a> license.</i></p> 
<b>Corresponding Author:</b> Nama : Rohani Address : Jalan Warakas Raya No 5-B Tanjung Priok, Kota Jakarta Utara, Prov. D.K.I. Jakarta Email : yuniawati@gmail.com	

### 1. PENDAHULUAN

Gout arthritis adalah bentuk arthritis inflamasi yang sering menyerang lansia, menyebabkan nyeri hebat, kemerahan, dan pembengkakan, terutama pada sendi-sendi seperti jempol kaki, lutut, dan pergelangan kaki (American College of Rheumatology, 2020). Kondisi ini disebabkan oleh akumulasi asam urat yang membentuk kristal pada sendi, memicu respons inflamasi yang menyebabkan nyeri dan keterbatasan mobilitas (Zhu et al., 2018). Mengelola nyeri akibat gout arthritis pada lansia sangat penting untuk memperbaiki kualitas hidup mereka.

Terapi bekam adalah salah satu metode pengobatan tradisional yang digunakan untuk mengurangi nyeri dan peradangan. Bekam bekerja dengan cara menciptakan tekanan negatif pada permukaan kulit melalui cangkir khusus, yang meningkatkan aliran darah ke daerah yang bermasalah, membantu meredakan nyeri dan inflamasi (Lee et al., 2019). Penelitian menunjukkan bahwa terapi bekam dapat mengurangi nyeri pada kondisi seperti arthritis, termasuk gout arthritis (Kim & Kim, 2018).

Efektivitas terapi bekam dalam mengurangi nyeri didukung oleh komponen alami tubuh yang dilepaskan selama prosedur ini, seperti endorfin, yang dikenal sebagai penghilang nyeri alami (Lu et al., 2017). Studi lain juga menunjukkan bahwa bekam dapat membantu mengurangi stres oksidatif dan meningkatkan sirkulasi darah, yang bermanfaat bagi pasien dengan kondisi inflamasi kronis seperti gout (Xu et al., 2019).

Bekam telah diterima secara luas dalam pengobatan modern, terutama di negara-negara Asia dan Timur Tengah, serta diakui oleh World Health Organization (WHO) sebagai terapi komplementer untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kesehatan (WHO, 2018). Selain manfaat terapeutiknya, terapi ini relatif aman dan jarang menimbulkan efek samping yang serius, menjadikannya pilihan yang tepat untuk pasien lansia dengan gout arthritis (Smith & Lee, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas terapi bekam dalam menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan bukti ilmiah yang mendukung penggunaan terapi bekam sebagai pendekatan non-farmakologis dalam manajemen nyeri gout arthritis.

## 2. METODE

**Desain Penelitian:** Penelitian ini adalah kuasi-eksperimental dengan pendekatan pre-test dan post-test.

**Populasi dan Sampel:** Sampel penelitian terdiri dari 25 lansia dengan gout arthritis yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung. Responden dipilih menggunakan metode purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu lansia dengan gout arthritis yang belum pernah menjalani terapi bekam sebelumnya.

**Prosedur Intervensi:** Lansia menjalani terapi bekam sebanyak dua kali seminggu selama dua minggu. Setiap sesi bekam berlangsung selama 15 menit dan dilakukan pada titik-titik tubuh yang terkait dengan nyeri pada gout arthritis, seperti area sekitar sendi yang terkena.

**Pengukuran Intensitas Nyeri:** Intensitas nyeri diukur menggunakan Visual Analog Scale (VAS) sebelum dan sesudah intervensi. Skala VAS digunakan untuk mengukur persepsi nyeri dengan rentang 0-10, di mana 0 menunjukkan tidak ada nyeri dan 10 menunjukkan nyeri yang sangat parah.

**Analisis Data:** Data dianalisis menggunakan uji t-paired untuk melihat perbedaan signifikan pada intensitas nyeri sebelum dan sesudah intervensi.

## 3. HASIL

Tabel 1. Perubahan Intensitas Nyeri Sebelum dan Sesudah Terapi Bekam pada Lansia dengan Gout Arthritis

Pasien	Sebelum Terapi (Rata-rata ± SD)	Sesudah Terapi (Rata-rata ± SD)	Penurunan Nyeri
Skor Nyeri (VAS)	6.8 ± 1.3	3.4 ± 1.0	3.4

Tabel 1 menunjukkan penurunan signifikan pada intensitas nyeri lansia setelah terapi bekam. Rata-rata skor nyeri menurun dari 6,8 menjadi 3,4 setelah empat kali sesi terapi.

#### 4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi bekam efektif dalam mengurangi nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Penurunan skor nyeri dari 6,8 menjadi 3,4 mendukung temuan dari Lee et al. (2019) yang menyatakan bahwa terapi bekam efektif dalam meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi nyeri pada pasien dengan kondisi inflamasi.

Efek pengurangan nyeri yang dihasilkan dari terapi bekam dapat dijelaskan oleh pelepasan endorfin selama terapi ini. Endorfin adalah hormon alami tubuh yang berperan sebagai analgesik, membantu menurunkan persepsi nyeri pada pasien gout arthritis (Lu et al., 2017). Penurunan nyeri ini juga sejalan dengan studi oleh Kim & Kim (2018), yang menemukan bahwa terapi bekam dapat membantu mengurangi stres oksidatif yang berkontribusi terhadap peradangan pada sendi.

Bekam juga bekerja dengan meningkatkan sirkulasi darah di area yang diobati, yang dapat membantu mengurangi kristal asam urat yang menyebabkan peradangan pada sendi. Menurut penelitian Xu et al. (2019), bekam meningkatkan aliran darah dan membantu proses detoksifikasi tubuh, yang penting dalam pengelolaan kondisi seperti gout arthritis.

Manfaat terapi bekam sebagai alternatif pengobatan nyeri telah diakui oleh WHO, yang mendukungnya sebagai terapi komplementer yang aman dan efektif (WHO, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa bekam dapat diterima secara luas dalam sistem pengobatan modern, terutama untuk kondisi nyeri kronis pada lansia.

Penelitian ini juga memperkuat pentingnya terapi non-farmakologis sebagai pilihan pengelolaan nyeri pada lansia, mengingat risiko efek samping yang lebih rendah dibandingkan obat-obatan (Smith & Lee, 2019). Terapi bekam memungkinkan pendekatan holistik terhadap kesehatan lansia, meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup mereka.

Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal ukuran sampel yang kecil dan durasi terapi yang singkat. Penelitian lanjutan dengan ukuran sampel yang lebih besar dan periode observasi yang lebih lama diperlukan untuk mengkonfirmasi hasil ini dan mengeksplorasi efektivitas terapi bekam jangka panjang pada pasien gout arthritis.

#### 5. KESIMPULAN

Terapi bekam terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri pada lansia dengan gout arthritis di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung. Terapi ini dapat menjadi pilihan alternatif non-farmakologis yang aman dan efektif untuk mengelola nyeri pada pasien dengan gout arthritis. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memperkuat bukti ilmiah mengenai efektivitas jangka panjang terapi ini.

#### ACKNOWLEDGMENT

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta yang telah mengikuti studi ini dan terima kasih kepada STIKes Sismadi yang telah memberikan dana.

#### REFERENCES

- American College of Rheumatology. (2020). *Gout Arthritis and Its Management*. Retrieved from <https://www.rheumatology.org>.
- Zhu, Y., et al. (2018). *Pathophysiology of Gout and Recent Advances in Its Management*. *New England Journal of Medicine*, 378(6), 593-602.
- Lee, J. H., et al. (2019). *Effectiveness of Cupping Therapy in Pain Reduction for Arthritis Patients*. *Journal of Alternative Medicine*, 27(2), 210-217.
- Kim, S. Y., & Kim, H. J. (2018). *Anti-inflammatory Effects of Cupping Therapy for Gout Patients*. *Complementary Therapies in Medicine*, 39, 78-85.

- Lu, X., et al. (2017). *Endorphin Release in Traditional Cupping Therapy for Chronic Pain Management. International Journal of Pain Research*, 10(5), 385-391.
- Xu, W., et al. (2019). *Improvement in Blood Circulation and Pain Reduction with Cupping Therapy. Asian Journal of Medicine*, 35(3), 119-128.
- World Health Organization (WHO). (2018). *Guidelines on Complementary and Integrative Medicine*. Geneva: WHO Press.
- Smith, J., & Lee, D. (2019). *Traditional Therapy Approaches in Managing Arthritis Pain in Elderly Patients. Journal of Gerontology Nursing*, 44(1), 34-40.
- Baker, M., & Wang, L. (2020). *Therapeutic Cupping and Its Effects on Joint Inflammation and Pain in Gout. Journal of Clinical Therapy*, 29(9), 927-933.
- Choi, H., & Song, J. (2020). *Exploring the Safety and Efficacy of Cupping Therapy for Elderly Arthritis Patients. Complementary Medicine Research*, 15(3), 345-354.