

Studi Kepustakaan Pengaruh Bekam Kering Terhadap *Musculoskeletal Disorders* Ekstremitas Atas dan Bawah

Renita Bayuningtias^{1*}, Andri Praja Satria²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

*Kontak Email: renitaby@gmail.com

Diterima:19/07/21

Revisi:04/09/21

Diterbitkan: 29/12/21

Abstrak

Tujuan studi: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh bekam kering terhadap *musculoskeletal disorders* ekstremitas atas dan bawah berdasarkan artikel atau jurnal yang telah dianalisis.

Metodologi: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review* dengan mengambil 15 jurnal yang terdiri dari 3 jurnal nasional dan 12 jurnal internasional.

Hasil: Sebanyak 15 jurnal telah diidentifikasi, penilaian utama dalam penelitian ini adalah intensitas nyeri pada ekstremitas atas dan bawah. Hasil utama dalam penelitian ini menunjukkan adanya penurunan nyeri secara signifikan setelah pemberian terapi bekam kering terhadap nyeri ekstremitas atas dan bawah.

Manfaat: Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembelajaran atau referensi di bidang ilmu keperawatan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan tema bekam kering terhadap *Musculoskeletal Disorders*.

Abstract

Purpose of study: The purpose of this research was to determine the effect of dry cupping on musculoskeletal disorders of the upper and lower extremities based on analyzed articles or journals.

Methodology: The method used in this research is a literature review by taking 15 journals consisting of 3 national journal and 12 international journals.

Results: A total of 15 journals have been identified, the primary assessment in this study is the intensity of pain in the upper and lower extremities. The primary results in this study showed a significant reduction in pain after cupping therapy for upper and lower extremities pain.

Applications: This research is expected to be a source of learning or reference in the field of nursing science who will conduct further research with the theme of the effect of dry cupping on Musculoskeletal Disorders.

Kata kunci: Bekam Kering, Ekstremitas Atas dan Bawah, *Musculoskeletal Disorders*

1. PENDAHULUAN

Musculoskeletal Disorders merupakan cedera pada jaringan lunak yang disebabkan oleh paparan yang seketika ataupun terus-menerus terhadap gerakan berulang, gaya, getaran, dan posisi yang canggung. Gangguan ini bisa mempengaruhi otot, ligamen, saraf, tendon, serta persendian. (NIOSH, 2018)

World Health Organization memperkirakan prevalensi kendala MSDs meraih nyaris 60% dari seluruh penyakit akibat kerja. *Data Labour Force Survei (LFS) Great Britain* pada tahun 2017, permasalahan *musculoskeletal disorders* menempati urutan kedua dengan rata-rata prevalensi 469.000 permasalahan ataupun 34,54% sepanjang 3 tahun terakhir dari seluruh permasalahan yang terdapat pada penyakit akibat kerja.

Bersumber pada hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, prevalensi penyakit *musculoskeletal disorders* di Indonesia yang sempat dinyatakan oleh tenaga kesehatan ialah 11,9%. Prevalensi penyakit *musculoskeletal disorders* paling tinggi bersumber pada pekerjaan merupakan pada para petani, nelayan serta buruh ialah sebanyak 9,90%. Prevalensi bersumber pada posisi buat di pedesaan 7,8% serta perkotaan 6,9%.

Informasi keluhan muskuloskeletal di Indonesia menyebutkan jika pekerja mengalami cedera otot dibagian leher bawah (80%), bahu (20%), punggung (40%), pinggang kebelakang (40%), pinggul kebelakang (20%), pantat (20%), paha (40%), lutut (60%), serta betis (80%). (*International Labour Organization, 2018*).

Purwanto (2014) menyebutkan terapi nonfarmakologi seperti terapi komplementer yaitu penanggulangan penyakit yang dilakukan sebagai pendukung pada pengobatan medis konvensional atau sebagai pengobatan pilihan diluar pengobatan medis yang konvensional. Pengobatan nonfarmakologi yang cukup efisien dalam menanggulangi *musculoskeletal disorders* salah satunya merupakan pengobatan bekam kering.

Bekam dipercaya sebagai penyembuhan alternatif buat menyembuhkan bermacam berbagai penyakit. Bekam merupakan penyembuhan yang dicoba dengan metode penghisapan pada permukaan kulit, dengan ataupun tanpa menghasilkan darah. Salah satu tipe bekam ialah bekam kering. Bekam kering cukup dicoba dengan metode memberikan tekanan negatif ataupun meng-kop bagian badan tanpa melakukan perlukaan ataupun sayatan pada kulit. Bekam kering mempunyai khasiat seperti menghilangkan rasa nyeri pada badan. (Umar, 2010).

Saat ini cukup banyak masyarakat yang mengenal terapi bekam menjadi pilihan lain dalam pengobatan penyakit secara terapi nonfarmakologi salah satunya dapat mengobati penyakit dari *musculoskeletal disorders*. Berdasarkan hasil penelitian internasional Mohammadi, dkk (2019) menyatakan bahwa penggunaan terapi bekam dalam program fisioterapi rutin dapat mengurangi keparahan gejala dan memperbaiki gangguan sensorik distal saraf median. Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan bekam sebagai metode yang nyaman dan murah, dapat digunakan sebagai terapi pelengkap dalam pengobatan *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS). Dimana CTS termasuk salah satu jenis dari *Musculoskeletal Disorders*.

Metode studi kepustakaan adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penulisan dengan melalui beberapa database. Hal ini menjadi latar belakang peneliti untuk mengumpulkan informasi yang relevan dari berbagai sumber melalui penelitian ilmiah yang telah terpublikasi tentang pengaruh bekam kering terhadap *musculoskeletal disorders* ekstremitas atas dan bawah.

2. METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *literature review*, dimana *literature review* berfokus pada hasil penulisan yang berkaitan dengan topik atau variabel penulisan. Studi literatur bisa didapat dari berbagai sumber baik jurnal, buku, dokumentasi, internet dan pustaka.

Data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data sekunder yang merupakan pengambilan data tidak diperoleh secara langsung namun menggunakan penelitian yang sudah pernah dilakukan oleh para peneliti terdahulu. Sumber data diperoleh berupa jurnal atau artikel yang diambil sesuai dengan tema yang dilakukan dengan menggunakan *database* melalui *ScienceDirect*, *PubMed*, *ResearchGate* dan *Google Scholar* sehingga di peroleh 15 jurnal yang terdiri dari 12 jurnal internasional dan 3 jurnal nasional. Pencarian jurnal ilmiah menggunakan kata kunci atau *keyword* yang sesuai dengan topik pembahasan peneliti yakni bekam kering, *dry cupping*, *musculoskeletal disorders*, *extremity*. Kriteria inklusi dari penelitian ini yaitu rentang waktu publikasi jurnal adalah 5 tahun (2016-2021), jurnal internasional (bahasa Inggris) dan jurnal nasional (bahasa Indonesia), jenis jurnal *fulltext* dan orisinal dengan tema jurnal Pengaruh Bekam Kering Terhadap *Musculoskeletal Disorders* Ekstremitas Atas dan Bawah.

3. HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan penelusuran literature dengan menggunakan sistem pencarian yang diperoleh dari *database ScienceDirect*, *PubMed*, *ResearchGate* dan *Google Scholar* yang sesuai dengan kata kunci yang digunakan yaitu "terapi bekam kering" OR "dry cupping" AND "musculoskeletal disorders" AND "extremity" peneliti menemukan 201 jurnal yang sesuai dengan kata kunci tersebut kemudian jurnal dieklusi karena terbitan dibawah tahun 2016 dan menjadi 84 jurnal. Kemudian jurnal disaring kembali sesuai dengan kriteria inklusi dan didapatkan hasil akhir sebanyak 15 jurnal yaitu 3 jurnal nasional dan 12 jurnal internasional yang berhubungan dengan judul penelitian "Studi Kepustakaan Pengaruh Bekam Kering Terhadap *Musculoskeletal Disorders* Ekstremitas Atas dan Bawah", maka didapatkan hasil penelitian sebagai berikut :

Tabel 4.1 Hasil Penelitian

No.	Penulis	Tahun	Nama, Jurnal, Volume, Angka	Judul Artikel	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrument, Analisa)	Hasil Penelitian	Database
1.	Nazar AlKhadhrawi, Ali Alshami	2019	Journal of Bodywork and Movement Therapies, Vol. 23 No. 3, Hal. 532–538	<i>Effects of myofascial trigger point dry cupping on pain and function in patients with plantar heel pain: A randomized controlled trial</i>	<p>D : <i>Randomized Controlled Trial</i> (uji coba terkontrol secara acak)</p> <p>S : Sampel penelitian ini diperoleh sebanyak 71 responden menggunakan metode convenience sampling</p> <p>V : Efek bekam kering titik pemicu <i>myofascial</i> pada rasa sakit dan fungsi pada pasien dengan nyeri tumit plantar</p> <p>I : <i>Visual Analogue Scale (VAS), Pressure Pain Threshold (PPT), and Patient-Specific Functional Scale (PSFS), ankle Range Of Motion (ROM) and ankle plantar flexion strength.</i></p> <p>A : ANOVA, Tes Wilcoxon, dan Mann-Whitney</p> <p>Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan statistik IBM SPSS untuk Windows, versi 21</p>	<p>Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu tanda VAS saat ini secara signifikan menurun segera pada kelompok intervensi ($p = 0,002$), tetapi tidak pada kelompok kontrol ($p \geq 0,220$). VAS pagi menurun secara signifikan pada kedua kelompok ($p < 0,001$) setelah 2 hari, tetapi menurun lebih banyak pada kelompok intervensi ($p = 0,006$). Titik pemicu PPT meningkat secara signifikan langsung pada kelompok intervensi ($p = 0,003$), tetapi tidak pada kelompok kontrol ($p = 0,112$). Kedua kelompok meningkat secara signifikan pada PSFS ($p < 0,001$) dan ROM dorsofleksi pergelangan kaki ($p < 0,001$). Kekuatan fleksor plantar meningkat secara signifikan segera pada kelompok intervensi ($p < 0,001$), tetapi tidak pada kelompok kontrol ($p = 0,556$). Didapatkan bahwa terapi bekam dapat menurunkan rasa nyeri pada pasien nyeri tumit plantar</p>	ScienceDirect

2.	Jae-Eun Kim, et al	2017	Journal of The Korean Society of Physical Medicine, Vol 12 No. 3 Hal 23–32.	<p><i>Effect of Cupping Therapy on Range of Motion, Pain Threshold, and Muscle Activity of the Hamstring Muscle Compared to Passive Stretching</i></p>	<p>D : Cross-over design.</p> <p>S : Subyek penelitian ini adalah 30 laki-laki dan perempuan</p> <p>V : Terapi Bekam terhadap Rentang Gerak, Ambang Nyeri, dan Otot</p> <p>Aktivitas Otot Hamstring Dibandingkan Peregangan Pasif</p> <p>I : Rentang gerak pasif (PROM), rentang gerak aktif (AROM), dan pengujian algometer (nyeri), dan penilaian MVC menggunakan EMG</p> <p>A : Data yang terkumpul dalam penelitian ini dianalisis dengan SPSS</p>	<p>Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa terapi bekam memiliki efek positif yang sama besarnya pada fleksibilitas, ambang nyeri, dan kontraksi otot seperti peregangan pasif. Bekam lebih nyaman dan lebih mudah untuk bekerja pada pasien daripada peregangan pasif.</p>	<i>Research gate</i>
3.	Mohammadi, S., Roostayi, M. M., Naimi, S. S., & Baghban, A. A	2019	Physiotherapy Research International, Vol 24 No 3, Hal 1–7	<p>The effects of cupping therapy as a new approach in the physiotherapeutic management of carpal tunnel syndrome</p>	<p>D : Uji klinis acak (Randomized Clinical Trial)</p> <p>S : Sampel penelitian ini total 56 tangan dengan CTS berusia 18-60 tahun dan dari kedua jenis kelamin. Pada peserta dibagi menjadi dua kelompok: kelompok test dan kontrol.</p> <p>V : Efek terapi bekam sebagai pendekatan baru dalam manajemen Fisioterapi CTS</p> <p>I : Alat bekam dan kuisioner boston.</p> <p>A : Uji Kolmogorov-Smirnov.</p>	<p>Hasil penelitian yang diperoleh dari penelitian ini yaitu hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam keparahan gejala ($p = 0,006$) dan juga penurunan yang signifikan pada latensi sensorik distal ($p = 0,007$) dari kelompok uji (fisioterapi rutin dengan bekam) dibandingkan dengan kelompok kontrol (fisioterapi rutin). Maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan terapi bekam dalam program terapi fisioterapi rutin dapat mengurangi keparahan gejala</p>	<i>Pubmed</i>

4.	Weiqing Ge, et al	2017	Journal of Physical Therapy Science, Vol 29 No 5 Hal, 859–862	Dry cupping for plantar fasciitis: A randomized controlled trial	<p>D : Uji coba terkontrol secara acak (RCT).</p> <p>S : Sebanyak 29 subjek (usia 15 sampai 59 tahun, 20 perempuan dan 9 laki-laki), secara acak dibagi ke dalam dua kelompok (terapi bekam kering dan kelompok terapi stimulasi listrik).</p> <p>V : Bekam kering untuk plantar fasciitis</p> <p>I : Visual Analogue Pain Scale (VAS), Foot and Ankle Ability Measure (FAAM), Lower Extremity Functional Scale (LEFS), serta tekanan nyeri ambang.</p> <p>A : Analisis yang digunakan adalah student t-test</p>	<p>dan memperbaiki gangguan sensorik distal saraf median</p> <p>Hasil penelitian ini data menunjukkan bahwa baik terapi bekam kering dan terapi stimulasi listrik dapat mengurangi rasa sakit dan meningkatkan fungsi secara signifikan pada populasi yang diuji. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara terapi bekam kering dan kelompok stimulasi listrik di semua pengukuran hasil.</p>	Pubmed
5.	Chen, C. L., Lung, C. W., Jan, Y. K., Liao, B. Y., & Tang, J. S.	2018	Advances in Intelligent Systems and Computing, Vol 603, Hal 73–83	The Effects of Cupping Therapy on Reducing Fatigue of Upper Extremity Muscles—A Pilot Study	<p>D : Eksperimental. design</p> <p>S : Sampel penelitian ini sebanyak 5 responden (4 laki-laki, 1 perempuan).</p> <p>V : Terapi bekam dan kelelahan otot esktremitas atas</p> <p>I : Elektromiografi (EMG) dan HRV</p> <p>A : Data dianalisis menggunakan RM-ANOVA</p>	<p>Hasil penelitian ini ditemukan bahwa penggunaan bekam kering pada atlet secara signifikan menurunkan tingkat kelelahan otot. Namun bekam tidak menyebabkan perbedaan yang signifikan dalam respon kardiorespirasi selama latihan dan tidak berpengaruh pada pemulihan pasca-latihan HRV. Oleh karena itu, terapi bekam kering memiliki efek positif dalam meningkatkan</p>	ResearchGate

6.	Dana Murray, Carl Clarkson	2019	Journal Of Manual & Manipulative Therapy, Vol. 27 No. 5 Hal 287-294	Effects of moving cupping therapy on hip and knee range of movement and knee flexion power: a preliminary investigation	<p>D : Subject case series design</p> <p>S : menggunakan convenience sampel dari 21 responden (12 laki-laki dan 9 perempuan)</p> <p>V : Terapi bekam luncur pada rentang gerakan pinggul, lutut dan kekuatan fleksi lutut</p> <p>I : Geniometri, skala likert</p> <p>A : Uji-t sampel berpasangan menggunakan SPSS</p>	<p>kapasitas kinerja latihan selama latihan berulang. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan ($p = <.05$) pada pengukuran rentang gerakan pinggul dan lutut sebesar 7% pada kenaikan kaki lurus dan 4% pada tes sudut poplitea. Namun, tidak ada perubahan signifikan terlihat pada ukuran kekuatan fleksi lutut. Data dari kuesioner mengatakan bahwa meskipun bekam luncur dilaporkan sebagai 'tidak nyaman' itu dianggap dapat diterima. Hasil dari penelitian ini didapatkan bekam luncur bisa menjadi teknik terapi yang bermanfaat dalam meningkatkan ROM sendi.</p>	<i>Research gate</i>
7.	Amir P, Moosa S, Habib S, dkk	2016	Traditional Medicine Research, Vol. 4 No. 1, Hal. 25-32	The effect of hot intermittent cupping on pain, stiffness and disability of patients with knee osteoarthritis	<p>D : Uji klinis (clinical trial)</p> <p>S : Sampel pada penelitian ini sebanyak 38 responden</p> <p>V : Efek bekam pada nyeri, kekakuan dan kecacatan pasien dengan osteoarthritis lutut</p> <p>I : Visual Analogue Scale (VAS). osteoarthritis Western Ontario dan McMaster (WOMAC)</p> <p>A : Data dianalisis dengan software SPSS v.16 menggunakan uji Chi-square, independent t-test, Paired t-test dan Fisher</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara terapi bekam dan kelompok kontrol dalam hal karakteristik demografi dan merekahomogen. Temuan menunjukkan bahwa, berdasarkan VAS, intensitas nyeri rata-rata di kiri ($P <0,001$ dan lutut kanan ($P <0,001$), serta berdasarkan WOMAC, kekakuan ($P = 0,006$), intensitas</p>	<i>ResearchGate</i>

				s exact test	nyeri ($P < 0,001$ dan disabilitas ($P < 0,001$) pada kelompok terapi bekam mengalami penurunan yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Temuan menunjukkan bahwa terapi bekam intermiten panas mengurangi intensitas nyeri, kekakuan dan kecacatan pada pasien dengan KO.	
8.	Mearaj ul Islam, Mohd Nayab and Abdul Nasir Ansari	2021 Journal of Complementary and Integrative Medicine, Hal 1-8	Effects of dry cupping versus soft and prolonged massage in the management of knee osteoarthritis - A randomized controlled clinical trial	<p>D : Randomized Controlled Trial (uji klinis terkontrol)</p> <p>S : Sampel penelitian ini 48 pasien yang didiagnosis osteoarthritis lutut dialokasikan secara acak ke dalam kelompok A (n=24) dan kelompok B (n=24).</p> <p>V : Bekam kering vs pijat lembut dalam pengelolaan osteoarthritis lutut</p> <p>I : Kuesioner Visual Analogue Pain Scale (VAS)d Knee osteoarthritis outcome score (KOOS)</p> <p>A : Analisis yang digunakan pada penelitian ini yaitu perangkat lunak Statistik yaitu SPSS 18.0 dan Renvironment ver.3.2.2</p>	<p>Hasil penelitian ini didapatkan peningkatan yang sangat signifikan secara statistik diamati pada parameter objektif menggunakan uji-t berpasangan dan tidak berpasangan. VAS dan semua subskala KOOS ditemukan sangat signifikan pada hari ke-20 jika dibandingkan dengan dasar ($p < 0,001$). Maka dapat disimpulkan bahwa bekam kering menyebabkan peningkatan yang signifikan pada penyembuhan pasien OA</p>	Pubmed
9.	Yen-Chun Chiu, et al	2020 PLoS ONE, Vol 15 No. 11, Hal 1–15	Influence of quantified dry cupping on soft tissue	<p>D : Experimental design.</p> <p>S :</p>	<p>Hasil dalam penelitian ini intervensi bekam selama 4 minggu menghasilkan</p>	Pubmed

		<p>compliance in athletes with myofascial pain syndrome</p>	<p>Simple random sampling. Sampel sebanyak 18 pasien</p> <p>V :</p> <p>Bekam kering dan kepatuhan perbaikan jaringan pada atlet dengan sindrom nyeri myofascial</p> <p>I :</p> <p>Myofascial trigger points (MTrPs), Disability of Arm, Shoulder, and Hand (DASH), Flexilevel Scale of Shoulder Function (FLEX-SF).</p> <p>A :</p> <p>Analisis statistik dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak PASW Statistics 23.0.</p>	<p>peningkatan yang jelas pada perbaikan jaringan pada kelompok nyeri myofascial ($p = 0.027$). Bahu ($p = 0,023$) dan fungsi ekstremitas atas ($p = 0,008$) meningkat secara signifikan pada kedua kelompok, tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terapi bekam ada pengaruh untuk sistem pemantauan kepatuhan atlet dalam memperbaiki fungsi jaringan otot.</p>
<p>10. Muhammad Bilal, Rafeeq Alam Khan</p>	<p>2016 Pharmacology & Pharmacy, Vol. 7 No. 8, Hal 326-330</p>	<p>Therapeutic Effectiveness of Hijama in Sciatica Pain</p>	<p>D :</p> <p>Eksperimental design</p> <p>S :</p> <p>Sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 92 pasien antara 30 sampai 60 tahun direkrut secara acak</p> <p>V :</p> <p>Terapi bekam dalam nyeri linu pinggul</p> <p>I :</p> <p>Numeric Pain Rating Scale (NPRS)</p> <p>A :</p> <p>Data dianalisis secara statistik menggunakan uji t berpasangan</p>	<p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 85% pengurangan rasa sakit diamati pada 9,8% pasien, 15,21% pasien mengalami penurunan 70%, 5,43% pasien mengalami pengurangan rasa sakit 60%, 9,78% pasien mengalami pengurangan rasa sakit 50%, 9,7% pasien mengalami penurunan nyeri 40%, namun 32,60% pasien tidak menunjukkan penurunan nyeri setelah 3 sesi bekam. Sehingga dapat disimpulkan bahwa bekam efektif dalam menghilangkan rasa sakit dan</p> <p><i>Scientific Research</i></p>

11.	Sara Abolahrari-Shirazi, et al	2018	Journal of Rehabilitation Sciences and Research, Vol. 5 No. 4, Hal 93-98	Is Cupping Therapy in Combination with Routine Physical Therapy Effective in the Management of Knee Osteoarthritis? A Randomized Controlled Trial	<p>D : Randomized Controlled Trial</p> <p>S : Sampel penelitian ini sebanyak 26 pasien dengan osteoarthritis lutut secara acak dibagi menjadi dua kelompok: terapi bekam intermiten ditambah terapi fisik rutin (kelompok intervensi, n=13) dan terapi fisik rutin saja (kelompok kontrol, n=13).</p> <p>V : Terapi bekam dengan terapi fisik rutin dalam penatalaksanaan osteoarthritis lutut</p> <p>I : Visual Analogue Scale (VAS). kuesioner indeks osteoarthritis Western Ontario dan McMaster (WOMAC) Rentang gerak pasif sendi lutut (ROM) diukur dengan fotografi sebelum dan sesudah intervensi</p> <p>A : Uji Kolmogorov-Smirnov, Uji Mann-Whitney, Uji Wilcoxon</p>	meningkatkan kualitas hidup di sebagian besar pasien, maka dapat digunakan sebagai alat alternatif yang efektif untuk mengurangi rasa sakit.	<p>Hasil penelitian ditemukan adanya perubahan signifikan secara statistik dalam intensitas nyeri, kecacatan fungsional, dan rentang gerak lutut pasif pada kedua kelompok setelah intervensi (P=0,001).</p> <p>Berdasarkan hasil, kedua intervensi bekam efektif dalam meredakan gejala pada pasien OA lutut.</p> <p style="text-align: right;"><i>Pubmed</i></p>
12.	Zahid Fikri, dkk	2017	Advances in HealthScience sResearch, Vol. 2, Hal 349-356	Effects of Spiritual Care Cupping Reduce Pain in Patients with Knee Joint Pain	<p>D : Desain eksperimen dengan metode non randomized control group pretest posttest design.</p> <p>S :</p>	Hasil penelitian menunjukkan perawatan bekam spiritual menyebabkan perubahan skala nyeri dan kadar endorfin.	<i>Research gate</i>

					<p>Jumlah sampel sebanyak 7 responden yang dipilih berdasarkan kriteria sampel.</p> <p>V :</p> <p>Bekam dan spiritual mengurangi rasa nyeri</p> <p>I :</p> <p>Lembar observasi (numerical rating scale dan pemeriksaan hormon endorphin dengan elisa) dan SOP perawatan bekam spiritual</p> <p>A :</p> <p>Analisis data dilakukan secara deskriptif dan uji Wilcoxon, Mann-Whitney, dan Kruskal Wallis</p>	<p>Uji Kruskal Wallis dilakukan untuk mengetahui pengaruh spiritual perawatan bekam terhadap skala nyeri dan endorfin dibandingkan dengan kelompok doa dan kelompok nafas dalam. Perawatan bekam spiritual memberikan efek penurunan skala nyeri dan peningkatan endorfin.</p>
13.	Widodo, dkk	2019	Medica Majapahit, Vol. 11 No. 2, Hal. 41-48	<p>Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Nyeri Pada Pasien Rematik Di Puskesmas Jati Kota Probolinggo</p>	<p>D :</p> <p>Pra eksperimental design dengan rancangan pra-post test dalam satu kelompok</p> <p>S :</p> <p>Teknik sampling menggunakan purposive sampling dengan sampel 24 orang</p> <p>V :</p> <p>Terapi Bekam Terhadap Nyeri Pada Pasien Rematik</p> <p>I :</p> <p>Melalui wawancara dengan mengukur skala nyeri pasien menggunakan comparative pain scale sebelum dan setelah terapi bekam</p> <p>A :</p> <p>Uji one sampel kolmogorov-smirnov, Uji wilcoxon</p>	<p>Hasil penelitian yang didapatkan yaitu nyeri pada pasien rematik sebelum dilakukan terapi bekam rata rata adalah 4.65 (nyeri menyusahkan) dengan nilai minimal 2 maksimal 5 . Nyeri pada pasien rematik setelah dilakukan terapi bekam rata rata adalah 2,34 (nyeri tidak nyaman) dengan nilai minimal 0 maksimal 4. Sehingga terdapat pengaruh terapi bekam terhadap penurunan nyeri pada pasien rematik.</p> <p><i>Google Scholar</i></p>
14.	Ruspawan,	2016	Jurnal Gema	Efektifitas Bekam	<p>D :</p>	<p>Hasil penelitian</p> <p><i>Google</i></p>

		Keperawatan, Vol 9 No 2, Hal 105–116	Dan Akupuntur Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Kecurigaan Osteoarthritis	Quasy experiment, equivalent pre dan post test control group. S : Probability Sampling dengan Systematic Sampling method. Jumlah responden yaitu terdiri dari responden akupuntur dan bekam masing- masing 32 orang. V : Efektifitas Bekam Dan Akupunktur Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri pada Osteoarthritis I : Numeric Rating Scale (NRS) A : Analisis univariat dan bivariat	menunjukkan rerata umur subyek klien OA 64 tahun, sebagian besar laki-laki dengan pendidikan SD dengan pekerjaan terbanyak sebagai petani. Keluhan nyeri OA terbanyak ditemukan pada pinggang dan lutut dengan sebaran 40,6 % dan 43.8 %. Skala nyeri sebelum intervensi 4, setelah intervensi skala nyeri pada subyek akupuntur 2, sedangkan subyek bekam 3. Hasil analisis menemukan bahwa secara signifikan akupuntur dan bekam mampu menurunkan nyeri	<i>Scholar</i>
15.	Syaifurrahman Hidayat, Misbahol Arifin	2016 Jurnal Ilmu Kesehatan Vol.1 No.2 Hal. 63-68	Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Skala Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Arthritis Reumatoid Di Desa Parsang Kecamatan Kota Sumenep	D : Pre-Eksperimental design dalam satu kelompok (one group pre test post test) S : Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik non probability yaitu Simple Random Sampling dan didapatkan sebanyak 45 responden V : Terapi Bekam Terhadap Skala Nyeri Sendi Dengan Arthritis Reumatoid I : Menggunakan alat ukur skala nyeri	Hasil penelitian menunjukkan skala nyeri sebelum dilakukan terapi bekam adalah menunjukkan bahwa lansia yang mengalami nyeri sedang sebanyak 20 lansia (44,4%) dan yang mengalami nyeri berat sebanyak 25 lansia (56,6%). Sedangkan setelah di lakukan terapi bekam menunjukkan bahwa lansia yang mengalami tidak nyeri sebanyak 2 lansia (4,4%), nyeri ringan sebanyak 26 lansia (57,8%), yang mengalami nyeri sedang sebanyak 16 lansia (35,6%), dan yang	<i>Google Scholar</i>

VDS (verval date mengalami nyeri scale) berat 1 lansia (2,2%).
A : Sehingga
 Uji statistik *Wilcoxon Rang Test* disimpulkan bahwa ada pengaruh terapi bekam pada skala nyeri pada lansia dengan arthritis reumatoid

Berdasarkan pencarian yang dilakukan secara sistematis peneliti melalui data sekunder, didapatkan dari 15 jurnal yang telah dijelaskan diatas menyimpulkan bahwa ada perubahan yang signifikan terhadap bekam kering pada musculoskeletal disorders ekstremitas atas dan bawah.

Bekam kering cukup dilakukan dengan cara memberikan tekanan negatif atau meng-kop bagian tubuh tanpa melakukan perlukaan atau sayatan pada kulit. Bekam kering memiliki manfaat seperti menghilangkan rasa nyeri pada tubuh. Pada penelitian yang dilakukan [AlKhadhrawi, et al \(2019\)](#) ditemukan nyeri pada tanda VAS menurun secara signifikan setelah diberikan intervensi bekam kering. Mekanisme pada bekam kering dalam penelitian ini belum diketahui namun didalam jurnal menyebutkan bahwa bekam kering meningkatkan sirkulasi darah di sekitar otot betis yang akan dibekam dengan tekanan negatif dicangkir, menyebabkan dilatasi kapiler sehingga memunculkan respon relaksasi.

Penelitian yang dilakukan oleh [Kim, et al \(2017\)](#) ditemukan bahwa terapi bekam memiliki efek positif pada fleksibilitas, ambang nyeri, dan kontraksi otot. Dalam penelitian ini menyebutkan bahwa mekanisme fisiologis dari pengurangan nyeri dengan terapi bekam yaitu transmitter kimia, seperti serotonin, endorpin, dan kortisol, yang dapat memblokir rasa sakit disekresikan selama terapi bekam.

Penelitian yang dilakukan [Mohammadi, et al \(2019\)](#) menyatakan bahwa penggunaan terapi bekam dalam program fisioterapi rutin dapat mengurangi keparahan gejala carpal tunnel syndrom dan memperbaiki gangguan sensorik distal saraf median. Menurut mekanisme yang dijelaskan dalam jurnal, pengangkatan kompresi dari serat sensorik saraf median melalui bekam dapat memfasilitasi pembentukan kembali aliran saraf.

Pada penelitian yang dilakukan oleh [Murray dan Clarkson \(2019\)](#) menyebutkan setelah para mahasiswa dilakukan bekam di area paha belakang dan kaki bagian bawah ada peningkatan yang signifikan pada pengukuran rentang gerakan dan lutut sebanyak 7%. Hasil dari penelitian ini didapatkan bekam luncur bisa menjadi teknik terapi yang bermanfaat dalam meningkatkan ROM sendi. Mekanisme dalam jurnal menyebutkan vasodilatasi menyebabkan peningkatan aliran darah yang dapat mendukung penyembuhan dan peningkatan gerakan otot yang tegang.

[Chen, et al \(2018\)](#) mengungkapkan bahwa penggunaan bekam kering terhadap atlet bola voli, basket dan bulutangkis menunjukkan hasil yang signifikan dalam menurunkan tingkat kelelahan otot. Dengan mekanisme perbaikan dalam mikrosirkulasi, meningkatkan sel endotel kapiler perbaikan di jaringan regional. Hal ini dapat membantu dalam menormalkan keadaan kelelahan pasien dan relaksasi otot progresif.

Menurut penelitian [Poorgheysar, et al \(2016\)](#) menyebutkan bahwa terapibekam mengurangi intensitas nyeri, kekakuan dan kecacatan pada pasien dengan KO. Disebutkan didalam jurnal bahwa tekanan dari bekam menyebabkan perluasan pembuluh darah dibawah permukaan kulit, meningkatkan sirkulasi darah, peningkatan sel pertahanan dan dapat menurunkan rasa sakit pada pasien KO.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [Islam, et al \(2021\)](#) bahwa bekam kering menyebabkan peningkatan yang signifikan pada penyembuhan pasien OA. Dalam penelitian ini menggunakan terapi pijat dan bekam kering. Tekanan negatif kop saat bekam pada permukaan kulit akan menyebabkan kulit terangkat, peningkatan filtrasi kapiler, dan pengumpulan cairan interstisial. Retensi cairan di dalam kulit yang terangkat akan menyebabkan zat kimia, mediator inflamasi, dan zat nosiseptif menjadi berkurang sehingga nyeri akan menurun.

Penelitian yang dilakukan oleh [Bilal, et al \(2016\)](#) didapatkan hasilnya menunjukkan bahwa bekam efektif dalam menghilangkan rasa sakit dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien nyeri pinggul. Mekanisme dalam jurnal ini tidak dipahami dengan jelas tetapi menurut peneliti dalam jurnal ini adalah penghilangan gel (yang keluar dari cakram intervertebralis yang retak) yang memberikan tekanan pada saraf sciatic. Gel dihilangkan melalui peningkatan sirkulasi darah di daerah itu karena bekam.

Pada penelitian [Abolahrari-shirazi, et al \(2018\)](#) menggunakan bekam kering. Didapatkan hasil bahwa intervensi tersebut dapat efektif dalam meredakan gejala pada pasien OA lutut. Mekanisme penghilang rasa sakit dengan bekam adalah efek vakum, yang merangsang baroreseptor kulit dan menyebabkan pelepasan endorfin, serotonin, dan kortisol. Sekresi zat-zat seperti endorfin ini dapat menyebabkan penghilang rasa sakit.

Dalam penelitian [Widodo, dkk \(2019\)](#) menyebutkan bahwa terdapat pengaruh terapi bekam terhadap skala nyeri pada pasien rematik. Peneliti berpendapat bahwa nyeri sendi dapat berkurang, dapat dijelaskan dengan teori gate control bahwa bekam bisa mengurangi rasa nyeri disebabkan oleh kuatnya isapan alat bekam yang berperan menyibukkan jalur saraf yang

mentranmisikan sinyal rasa nyeri ke otak, sehingga tidak merasakan nyerinya lagi. Bekam juga menstimulasi pelepasan endorfin dan enkefalin yang berperan mengurangi kepekaan terhadap nyeri.

Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Syaifurrahman dan Misbahol (2016) bahwa bekam ada pengaruh terhadap skala nyeri pada pasien rematik. Terapi bekam memberikan tekanan pada titik-titik refleksi di daerah lutut sehingga dapat melancarkan peredaran darah, mengurangi ketegangan otot dan dapat menurunkan rasa cemas serta dapat menurunkan intensitas nyeri.

Beberapa jurnal yang menggunakan metode lain selain bekam kering yaitu penelitian dilakukan oleh Ge, et al (2017) disebutkan bahwa terapi bekam kering dan terapi stimulasi listrik memiliki tingkat efektivitas yang sama dalam menurunkan rasa sakit dan meningkatkan fungsi kaki pada pasien dengan plantar fasciitis. Terapi stimulasi listrik dengan menstimulasi neuron sensorik berserat besar dan menurunkan input nosiseptif ke sistem saraf pusat melalui mekanisme gate control theory.

Sedangkan penelitian yang dilakukan Ruspawan, dkk (2016) menggunakan bekam dan akupuntur dalam intervensinya menyebutkan bahwa sebagian besar pasien OA adalah laki-laki dan pekerjaan terbanyak sebagai petani. Hasil analisis menemukan bahwa akupuntur dan bekam mampu menurunkan nyeri secara signifikan. Akupuntur heterosegmental, rangsangan berupa penusukan jarum akupuntur dibawa naik dari marginal sel menuju nucleus ventro posterior lateralis thalamus, diproyeksikan ke korteks sehingga nyeri bisa disadari. Dengan demikian rangsangan nyeri akan bisa dihambat.

Fikri, et al (2017) mengungkapkan bahwa penggunaan bekam kering dan spiritual memberikan efek penurunan skala nyeri dan peningkatan endorfin. Doa akan membentuk persepsi positif yang mempengaruhi amigdala dan hipofisis anterior untuk mengeluarkan POMC yang memberikan efek relaksasi dan merangsang endorfin yang berfungsi untuk menurunkan nyeri.

Menurut asumsi peneliti bahwa terapi bekam kering sangat bagus digunakan sebagai pengobatan nonfarmakologi untuk menyembuhkan beberapa penyakit umum yang diderita masyarakat dan juga ramah lingkungan karena tidak menggunakan obat-obatan. Dan masyarakat menjadikan bekam sebagai salah satu terapi rutin yang dapat dilakukan dengan mudah dan relatif murah.

Dari penelitian diatas seluruhnya mengungkapkan bahwa pengaruh bekam kering ada perubahan yang signifikan pada musculoskeletal disorders pada ekstremitas atas dan bawah. Hal ini sejalan dengan penelitian AlKhadhrawi, et al (2019) bahwa bekam kering meningkatkan sirkulasi darah di sekitar area yang akan dibekam dengan tekanan negatif dicangkir, menyebabkan dilatasi kapiler sehingga memunculkan respon relaksasi. Dan penelitian Syaifurrahman dan Misbahol (2016) mengungkapkan bahwa terapi bekam kering memberikan tekanan pada titik-titik refleksi di daerah lutut sehingga dapat melancarkan peredaran darah, mengurangi ketegangan otot dan dapat menurunkan rasa cemas serta dapat menurunkan intensitas nyeri.

Bekam diketahui dapat mempengaruhi penurunan rasa nyeri dan kelelahan otot. Maka dianjurkan untuk terapis atau ahli bekam memberikan edukasi atau penyuluhan kepada masyarakat yang belum tau terhadap bekam kering, sehingga setiap individu yang memiliki gejala seperti nyeri musculoskeletal disorders dapat mengaplikasikan sendiri pengobatan bekam kering ini di rumah masing-masing tanpa harus ke praktik bekam.

4. KESIMPULAN

Penelitian menggunakan metode *literature review* ini mengumpulkan hasil analisis berbagai sumber penelitian jurnal nasional dan jurnal internasional. Dapat disimpulkan dari 15 jurnal yang telah dijelaskan seluruhnya bahwa terapi bekam kering ada perubahan yang signifikan terhadap penyakit musculoskeletal disorders ekstremitas atas dan bawah.

SARAN DAN REKOMENDASI

Beberapa saran yang peneliti dapat sampaikan terkait hasil Metode Tradisional Literature Review yaitu:

1. Bagi Institusi Pendidikan
Hasil Metode Tradisional Literature Review ini dapat menjadi literature atau penelitian terkait yang bisa digunakan untuk penelitian berikutnya dan juga sebagai bahan masukan dalam proses belajar mahasiswa tentang penelitian atau Literature Review.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil penelitian ini sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan dan menambah ilmu baru tentang pengaruh bekam kering terhadap musculoskeletal disorders ekstremitas atas dan bawah kemudian memahami tentang penelitian selanjutnya yang berkaitan bekam kering dengan cara melanjutkan penelitian ini dengan variabel yang lebih banyak lagi, serta dengan desain penelitian berupa eksperimen.

REFERENSI

Abolahrari-shirazi, S., Nezhad, F. G., Ahmadpour, Z., Zare, L., & Emami, F. (2018). Is Cupping Therapy in Combination with Routine Physical Therapy Effective in the Management of Knee Osteoarthritis? A Randomized Controlled Trial. *Journal of Rehabilitation Science and Research*, 5, 93-98.

- AlKhadhrawi,N., Ali Alshami.(2019). *Effects of myofascial trigger point dry cupping on pain and function in patients with plantar heel pain: A randomized controlled trial*. *Journal of Bodywork & Movement Therapies*. 23(3).532-538.
- Bilal, M., & Alam Khan, R.(2016). Therapeutic Effectiveness of Hijama in Sciatica Pain.*Pharmacology & Pharmacy*, 07(08), 326–330.
- Chen, C. L., Lung, C. W., Jan, Y. K., Liao, B. Y., & Tang, J. S. (2018). The effects of cupping therapy on reducing fatigue of upper extremity muscles—a pilot study. *Advances in Intelligent Systems and Computing*, 603, 73–83.
- Fikri, Z., Putra, S. T., & Haryanto, J. (2017). Effects of Spiritual Care Cupping Reduce Pain in Patients with Knee Joint Pain, 2(Hsic), 349–356.
- Ge, W., Leson, C., & Vukovic, C. (2017). Dry cupping for plantar fasciitis: A randomized controlled trial. *Journal of Physical Therapy Science*, 29(5), 859–862.
- International Labour Organization ILO. (2018). Bulan K3 Nasional Menuju budaya pencegahan keselamatan dan kesehatan kerja yang lebih kuat di Indonesia. Retrieved from 29 January 2018 website: https://www.ilo.org/jakarta/info/public/pr/WCMS_616368/lang--en/index.htm
- Islam, M. U., Nayab, M., & Ansari, A. N. (2021). Effect of dry cupping versus soft and prolonged massage in the management of knee osteoarthritis - A randomized controlled clinical trial. *Journal of Complementary and Integrative Medicine*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riskesmas (Riset Kesehatan Dasar) 2018*. Jakarta: KEMENKES RI.
- Kim, J.-E., Cho, J.-E., Do, K.-S., Lim, S.-Y., Kim, H.-J., & Yim, J.-E. (2017). Effect of Cupping Therapy on Range of Motion, Pain Threshold, and Muscle Activity of the Hamstring Muscle Compared to Passive Stretching. *Journal of The Korean Society of Physical Medicine*, 12(3), 23–32.
- Mohammadi, S., Roostayi, M. M., Naimi, S. S., & Baghban, A. A. (2019). The effects of cupping therapy as a new approach in the physiotherapeutic management of carpal tunnel syndrome. *Physiotherapy Research International*, 24(3), 1–7.
- Murray, D., & Clarkson, C. (2019). Effects of moving cupping therapy on hip and knee range of movement and knee flexion power: a preliminary investigation. *Journal of Manual and Manipulative Therapy*, 27(5), 287–294.
- NIOSH. 2018. *Musculoskeletal Health Program*. Dari: <https://www.cdc.gov/niosh/programs/msd> [10 Mei 2018].
- Poorghesars, A., Sajjadi, M., Shareinia, H., Moghadam, H. M., & Nouroozi, A. (2019). The effect of hot intermittent cupping on pain, stiffness and disability of patients with knee osteoarthritis. *Traditional Medicine Research*, 4(1, SI), 25–32.
- Purwanto, B. (2014). *Herbal Dan Keperawatan Komplementer (Teori, Praktik, Hukum Dalam Asuhan Keperawatan)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ruspawan, I. D. M., Sudiantara, I. K., Ngurah, I. G. K. M., & Suardana, I. W. (2016). Efektifitas Bekam Dan Akupunktur Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Lansia Dengan Kecurigaan Osteoarthritis. *Jurnal Gema Keperawatan*, 9, 105–116.
- Syaifurrahman & Misbahol (2016). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Skala Nyeri Sendi Pada Lansia Dengan Arthritis Reumatoid Di Desa Parsang Kecamatan Kota Sumenep. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(2), 63-68.
- Widodo, dkk. (2019). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Nyeri Pada Pasien Rematik Di Puskesmas Jati Kota Probolinggo, 11(2), 41–48.