

JURNAL SKRIPSI

**EFEKTIFITAS TINDAKAN BEKAM TERHADAP NYERI OTOT LEHER DI
KLINIK ASYIFA LAWANG**



**DIASI CITRA RESMI
2024201012**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2022**

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : Diasi Citra Resmi

Nim : 2024201012

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Setuju naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari pembimbing, dipublikasikan dengan mencantumkan nama pembimbing sebagai co – author.

Mojokerto, 17 mei 2022

Diasi Citra Resmi
Nim 2024201012

Mengetahui

Pembimbing 1



Atikah Fatmawati, S.Kep.Ns.M.Kep
NIK 220250155

Pembimbing 2



Ika Suhartanti, S. Kep. Ns., M. Kep.
NIK.220 250 086

JURNAL SKRIPSI

EFEKTIFITAS TINDAKAN BEKAM TERHADAP NYERI OTOT LEHER DI KLINIK ASYIFA LAWANG



DIASI CITRA RESMI
2024201012

Pembimbing 1

Atikah Fatmawati, S.Kep.Ns.M.Kep
NIK 220250155

Pembimbing 2

Ika Suhartanti, S. Kep. Ns., M. Kep.
NIK.220 250 086

EFEKTIFITAS TINDAKAN BEKAM TERHADAP NYERI OTOT LEHER DI KLINIK ASYIFA LAWANG

Diasi Citra Resmi

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
diasicitraresmi@gmail.com

Atikah Fatmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
tikaners@gmail.com

Ika Suhartanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
ikanerstanti@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri otot leher dapat dialami dalam waktu singkat, misalnya otot kram, atau berlanjut sampai beberapa hari, bahkan beberapa bulan atau menahun dapat mengganggu penderita karena intensitas yang berfluktuasi. Tindakan Bekam merupakan alternatif pengobatan pilihan yang bisa digunakan untuk mengatasi nyeri otot leher. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang. Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *pre experimental design* dengan jenis *pre test and post test one group design* dengan jumlah sampel 20 responden nyeri leher dengan mengukur skala nyeri 1 sampai dengan 10. Hasil penelitian didapatkan Dari hasil identifikasi nyeri otot sebelum pemberian terapi bekam di dapatkan bahwa hampir sebagian responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai nyeri berat sebanyak 9 responden (45%). Dan Dari hasil identifikasi nyeri otot setelah pemberian terapi bekam di dapatkan bahwa sebagian besar responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai nyeri ringan sebanyak 14 responden (70%). Dari hasil uji dengan menggunakan uji *Wilcoxon* di dapatkan nilai $p < 0,05$ yaitu $p = 0,000$ yang berarti bahwa ada perbedaan efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang. Diharapkan perawat dapat menjadikan tindakan bekam sebagai salah satu intervensi non farmakologis dalam mengurangi rasa nyeri otot leher.

Kata kunci: Bekam, nyeri otot leher

ABSTRACT

Neck muscle pain can be experienced for a short time, for example muscle cramps, or continues for a few days, even months or years can bother the sufferer because of fluctuating intensity. Cupping is an alternative treatment option that can be used to treat neck muscle pain. The purpose of this study was to determine the effectiveness of cupping on neck muscle pain at the Asyifa Lawang clinic. The type of research that will be used in this study is to use a pre-experimental design method with the type of pre-test and post-test one group design with a sample of 20 neck pain respondents by measuring a pain scale of 1 to 10. The results obtained. From the identification of muscle pain before giving cupping therapy, it was found that almost most of the respondents at the Asyifa Lawang clinic had severe pain as many as 9 respondents (45%). And from the results of the identification of muscle pain after giving cupping therapy, it was found that most of the respondents at the Asyifa Lawang clinic had mild pain as many as 14 respondents (70%). From the test results using the Wilcoxon test, it

was found that the p value <0.05, namely p = 0.000, which means that there is a difference in the effectiveness of cupping on neck muscle pain at the Asyifa Lawang clinic. It is hoped that nurses can use cupping as a non-pharmacological intervention in reducing neck muscle pain. Keywords: Cupping, neck muscle pain

PENDAHULUAN

Nyeri dapat dialami dalam waktu singkat, misalnya otot kram, atau berlanjut sampai beberapa hari, bahkan beberapa bulan atau menahun dapat mengganggu penderita karena intensitas yang berfluktuasi. Penyakit ini tidak mengancam aktivitas hidup penderita, namun bila timbul terus-menerus dapat menyebabkan penderita menjadi frustrasi karena bisa saja menjadi hambatan dalam hal bekerja maupun aktivitas harian lainnya yang ada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup penderita. Tindakan Bekam merupakan alternatif pengobatan pilihan yang bisa digunakan untuk mengatasi nyeri. Beberapa kalangan masyarakat melakukan pengobatan bekam atau biasa disebut dengan pengobatan cupping yang merupakan pengobatan peninggalan Nabi Muhammad SAW. Selain digunakan sebagai pengobatan, tindakan bekam juga dapat digunakan untuk mencegah timbulnya suatu penyakit. Pada dasarnya tindakan bekam merupakan pengobatan dengan cara membuang darah kotor (racun yang berbahaya) dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Hal ini berisiko efek samping obat jika dikonsumsi berlebihan atau tidak menurut anjuran dokter, misalnya dapat menyebabkan hambatan pembentukan sel darah merah, terjadi sakit maag (gartritis), ataupun keropos tulang (Sumardiyono, dkk., 2017)

Nyeri yang sering terjadi pada pasien di klinik Asyifa Lawang adalah nyeri cervical. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal Rabu 10 November 2021 didapatkan bahwa dari 10 responden yang datang dengan keluhan nyeri 6 (60%) pasien mengalami nyeri pada daerah tengkuk leher dan 3 (30%) pasien nyeri pada bagian lutut dan 1 (1%) pasien mengalami nyeri pada daerah tangan. Nyeri cervical mempunyai tanda dan gejala, yaitu rasa tegang pada leher, nyeri leher dan bahu, keterbatasan gerak sendi leher, rasa pusing dan tidak nyaman sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari. Tanda dan gejala tersebut bisa ditanggulangi dengan tindakan fisioterapi. Fisioterapi berperan serta dalam menangani kasus nyeri cervical. Sebuah studi menunjukkan prevalensi nyeri muskuloskeletal pada leher di masyarakat selama 1 tahun besarnya 40% dan prevalensi ini lebih tinggi pada wanita. Selama 1 tahun, prevalensi nyeri muskuloskeletal di daerah leher pada pekerja besarnya berkisar antara 60-76% dan wanita ternyata juga lebih tinggi dibandingkan pria (Huldani, 2013).

Nyeri dapat merupakan faktor utama yang menyebabkan seseorang merasakan ketidaknyamanan dan menghambat kemampuan serta keinginan individu untuk beraktivitas. Maka

dari itu individu yang mengalami nyeri akan mencari upaya untuk menghilangkan nyeri dan mengembalikan rasa nyaman tersebut dengan mencari pengobatan dan perawatan kesehatan (Potter & Perry, 2006). dewasa akhir sampai lansia ini akan mengalami suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan. Proses menua mengakibatkan terjadinya penurunan fungsi dari organ- organ lansia, diantaranya penurunan penglihatan, kemunduran sel saraf, penurunan fungsi muskuloskeletal, dan penurunan massa otot yang dapat menyebabkan gangguan salah satunya adalah nyeri otot setelah melakukan aktifitas (Sumardiyono, dkk, 2017).

Ada banyak metode pengobatan yang berkembang di dunia. Secara garis besar dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu pengobatan modern (kedokteran konvensional) dan pengobatan alamiah. Pengobatan modern kini semakin berkembang yang ditunjukkan dengan semakin majunya ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang kedokteran modern. Akan tetapi, pengobatan modern menimbulkan beberapa efek samping. Misalnya sakit kepala ringan, mulut kering, dan mengantuk. Sementara itu, pengobatan alamiah juga mengalami trend peningkatan, tidak hanya di Indonesia namun juga di negara-negara lain. Pengobatan modern untuk nyeri leher biasanya diberikan obat analgesik untuk meredakan nyeri. Sedangkan pengobatan alamiah saat ini adalah tindakan bekam, akupunktur, herbal, dan lain-lain. (Pusponegoro, 2009 dalam Widada, 2011)

Menurut Widada (2011) tindakan bekam adalah cara pengobatan dengan cara mengeluarkan darah dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Tindakan bekam yang sedang berkembang di Indonesia saat ini adalah membekam pada titik-titik meridian akupunktur dan titik-titik bekam Nabi (*Prophet Potent Point*). Jadi, proses penyembuhan terjadi apabila tindakan bekam dilakukan pada titik-titik tadi, dimana titik ini akan bekerja langsung pada sistem endokrin, metabolisme dan peningkatan sistem imunitas. Selain itu, apabila seseorang membekam titik ini, maka akan terjadi sekresi zat neurokimia seperti endorfin yang bisa mengurangi nyeri. Bekam meningkatkan oksigenasi pada mikrovaskuler sehingga aliran darah pada area yang sakit menjadi membaik. Pebekaman akan merangsang syaraf di permukaan kulit yang akan di lanjutkan pada cornu posterior medulla spinalis melalui syaraf A-delta dan C, serta traktusspinothalamus ke arah thalamus yang akan menghasilkan endorfin. Dengan menggunakan tindakan bekam akan menurunkan skala nyeri. Sehingga tindakan bekam sangat efektif dalam meredakan nyeri (Widada, 2010).

Berdasarkan beberapa hal tersebut di atas, untuk dapat mengetahui efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *pre experimental design* dengan jenis *pre test and post test one group design*. Seluruh kegiatan hemodialisa yang dilakukan di klinik Asyifa Lawang. selama Januari-februari 2022. Teknik sampling menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel berjumlah 20 responden. Dalam penelitian ini Untuk mengukur nyeri digunakan skala 1-10 dalam menentukan skala yang didapatkan (*Numeric Rating Scale*). Perhitungan uji statistik menggunakan uji *wilcoxon tet*.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan didalam di klinik Asyifa Lawang.

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden di klinik Asyifa Lawang.

Kategori	Frekuensi	Prosentase	Total	
			Frekuensi	Prosentase
Jenis kelamin				
laki-laki	17	85.0	20	100.0
perempuan	3	15.0		
Usia				
25-40 tahun	6	30.0	20	100.0
41-50 tahun	9	45.0		
51-60 tahun	5	25.0		
Pendidikan				
SMP	5	25.0	20	100.0
SMA	8	40.0		
DIPLOMA	3	15.0		
SARJANA	4	20.0		
Konsumsi obat				
Iya	1	5.0	20	100.0
Tidak	19	95.0		
Jenis nyeri				
Akut	11	55.0	20	100.0
Kronis	9	45.0		

Tabel 1 menunjukkan bahwa di dapatkan bahwa sebagian besar responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai jenis kelamin perempuan sebanyak 17 responden (85%), di dapatkan bahwa hampir sebagian responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai usia 41-50 tahun sebanyak 9 responden (45%), di dapatkan bahwa hampir sebagian responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai pendidikan taraf SMA sebanyak 8 responden (40%), di dapatkan bahwa sebagian besar responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai pekerjaan sebagai wiraswasta sebanyak 12 responden (60%), di dapatkan bahwa sebagian besar responden di klinik Asyifa Lawang dilihat dari konsumsi obat nyeri kategori tidak mengkonsumsi sebanyak 19 responden (95%). Dan di dapatkan bahwa sebagian besar responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai jenis nyeri kategori akut sebanyak 11 responden (55%).

Efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher diklinik asyifa lawang

Tabel 2 perbedaan efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang.

Nyeri sebelum	Nyeri sesudah			Total
	Tidak nyeri	Ringan	Sedang	
Ringan	1	0	0	1
	5.0%	.0%	.0%	5.0%
Sedang	3	3	1	7
	15.0%	15.0%	5.0%	35.0%
Berat	1	8	0	9
	5.0%	40.0%	.0%	45.0%
Berat sekali	0	3	0	3
	.0%	15.0%	.0%	15.0%
Total	5	14	1	20
	25.0%	70.0%	5.0%	100.0%
Wilcoxon Signed Ranks Test				
Z				-3.937 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)				.000

Berdasarkan Tabel 4.9 di dapatkan bahwa hampir sebagian responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai nyeri berat sebelum pemberian terapi bekam sebanyak 9 responden (45%). dan hampir sebagian responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai nyeri ringan setelah pemberian terapi bekam sebanyak 9 responden (45%). Dari uji normalitas data didapatkan nilai $p < 0,05$ yang berarti bahwa data tidak normal dan tidak bisa di normalkan sehingga memakai uji alternatif yaitu

Wilcoxon. Dari hasil uji dengan menggunakan uji *Wilcoxon* di dapatkan nilai $p < 0,05$ yaitu $p = 0,000$ yang berarti bahwa ada perbedaan efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang.

PEMBAHASAN

1. Nyeri otot sebelum dilakukan tindakan bekam

Dari hasil identifikasi nyeri otot sebelum pemberian terapi bekam di dapatkan bahwa hampir sebagian responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai nyeri berat sebanyak 9 responden (45%). Nyeri dapat merupakan faktor utama yang menyebabkan seseorang merasakan ketidak nyamanan dan menghambat kemampuan serta keinginan individu untuk beraktivitas. Maka dari itu individu yang mengalami nyeri akan mencari upaya untuk menghilangkan nyeri dan mengembalikan kenyamanan tersebut dengan mencari pengobatan dan perawatan kesehatan.

Nyeri pada otot dapat terjadi akibat tersensitisasinya *free nerve ending* di otot. Proses nyeri pada otot terjadi akibat proses kimiawi maupun mekanik karena *free nerve ending* bekerja sebagai unit nonsiseptor mekanis dan *nonsiseptor polimedal*. Nyeri akibat proses kimiawi dapat terjadi karena kelelahan, trauma, dan iskemia pada otot. Kelelahan otot akan memicu metabolisme anaerobik yang akhirnya akan mengakibatkan akumulasi metabolit pada otot yang kemudian akan merangsang nonsiseptor polimedal sedangkan trauma dan iskemia akan melepaskan mediator seperti bradykinin, histamine, serotonin, dan natrium yang kemudian akan merangsang *nonsiseptor polimedal*. Proses mekanik yang memicu nyeri dapat berakibat dari peregangan ataupun tekanan pada otot sehingga merangsang nonsiseptor mekanis (Yunus, 2015). Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri otot atau myalgia adalah pekerjaan seperti beban kerja, beban tambahan dan kemampuan kerja. Selain itu, faktor yang dapat mempengaruhi adalah gizi dan kesehatan ibu, genetik dan lingkungan (Notoatmodjo, 2014). Nyeri otot dipengaruhi juga usia, jenis kelamin, kebudayaan, makna nyeri, perhatian, ansietas, keletihan, pengalaman sebelumnya, gaya koping, dan dukungan keluarga dan sosial (Nurhikmah, 2017).

Nyeri leher merupakan nyeri yang muncul pada daerah yang dibatasi oleh garis nuchae pada bagian atas, garis imajiner transversal melalui ujung *processus spinosus thorakal 1* pada bagian bawah, dan pada bagian samping oleh margo lateralis leher (Kudsi, 2015).

Peneliti berpendapat bahwa Proses menua mengakibatkan terjadinya penurunan fungsi dari organ- organ lansia, diantaranya penurunan penglihatan, kemunduran sel

saraf, penurunan fungsi muskuloskeletal, dan penurunan massa otot yang dapat menyebabkan gangguan salah satunya adalah Myalgia atau nyeri otot setelah melakukan aktifitas.

1. Nyeri otot setelah dilakukan tindakan bekam

Dari hasil identifikasi nyeri otot setelah pemberian terapi bekam di dapatkan bahwa sebagian besar responden di klinik Asyifa Lawang mempunyai nyeri ringan sebanyak 14 responden (70%). Bekam merupakan cara pengobatan dengan cara mengeluarkan darah dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Terapi bekam terjadinya perlukaan kecil dan tipis pada permukaan kulit diikuti penyedotan pada vakum sehingga terjadinya ekskresi melalui kulit secara artifisial yakni suatu proses ekskresi atau pengeluaran substansi melalui kulit yang dibuat dengan cara melakukan penyayatan atau penusukan pada permukaan kulit yang dikombinasikan dengan adanya penyedotan (Sayed, et all 2013).

Teknik bekam yang sedang berkembang di Indonesia saat ini adalah membekam pada titik-titik meridian akupunktur dan titik-titik bekam Nabi (*Prophet Potent Point*). Jadi, proses penyembuhan terjadi apabila bekam dilakukan pada titik-titik tadi, dimana titik ini akan bekerja langsung pada sistem endokrin, metabolisme dan peningkatan sistem imunitas. Selain itu, apabila seseorang membekam titik ini, maka akan terjadi sekresi zat neurokimia seperti endorphin yang bisa mengurangi nyeri. Bekam meningkatkan oksigenasi pada mikrovaskuler sehingga aliran darah pada area yang sakit menjadi membaik. Pebekaman akan merangsang syaraf di permukaan kulit yang akan di lanjutkan pada cornu posterior medulla spinalis melalui syaraf A-delta dan C, serta traktusspinothalamus ke arah thalamus yang akan menghasilkan endhorpin. Dengan menggunakan tindakan bekam akan menurunkan skala nyeri. Sehingga bekam sangat efektif dalam meredakan nyeri myalgia (Widada, 2010).

Terapi bekam dapat menurunkan konsentrasi serum substansi P (*pain-related pathway*), yang dikonfirmasi sebagai efek anti-nociceptif. Efek taktil pada bekam dapat merangsang serat-serat besar tipe A β yang berasal dari reseptor di perifer. Perangsang pada reseptor ini akan menekan pengiriman sinyal nyeri dari daerah tubuh yang sama. Hal ini terjadi akibat inhibisi lateral setempat di medulla spinalis (Ansar, & Zulkifle, 2016). Selain itu, bekam meningkatkan oksigenasi pada mikrovaskuler sehingga aliran darah pada area yang sakit menjadi membaik (Widada, 2011). efek bekam yang meningkatkan pelepasan opiat endogen, mengeluarkan zat-zat stimulus nyeri melalui darah dikeluarkan dan mekanisme tersebut menyebabkan rasa nyeri responden yang

dibekam mengalami penurunan. Nyeri otot yang dirasakan responden dapat ditekan dengan diproduksinya β -endorfin yang termasuk salah satu bagian dari opiate endogen (Purnama, 2018)

Peneliti berpendapat bahwa Persepsi nyeri seseorang diatur oleh bagian system saraf yang mengatur impuls yang akan diinterpretasikan sebagai nyeri. Bagian system saraf ini disebut *the gate*. Jika *the gate* ini menerima terlalu banyak impuls, *the gate* akan berlimpah impuls yang meluap-luap, lalu menutup untuk mencegah impuls lainnya masuk. Teori Taibah mengatakan mekanisme kerja bekam tentang CPS (Causative Pathological Substance) adalah apa yang terlarut di dalam serum darah. Suatu yang terlarut dalam serum ketika berlebihan maka akan menyebabkan penyakit. Teori ini menyampaikan bahwa dengan melakukan terapi bekam maka eksekutif serum akan dikeluarkan. Salah satu eksekutif serum tersebut adalah pada kasus muskuloskeletal adalah tingginya mediator inflamasi, prostaglandin, sitokin dan substansi P (Ridho, 2015). Sehingga penurunan reseptor tersebut mengakibatkan penurunan rasa nyeri setelah dilakukan tindakan bekam.

2. **Efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang.**

Dari hasil uji dengan menggunakan uji *Wilcoxon* di dapatkan nilai $p < 0,05$ yaitu $p = 0,000$ yang berarti bahwa ada perbedaan efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang. *Myalgia* dapat dialami dalam waktu singkat, misalnya otot kram, atau berlanjut sampai beberapa hari, bahkan beberapa bulan atau tahunan dapat mengganggu penderita karena intensitas yang berfluktuasi. Penyakit ini tidak mengancam aktivitas hidup penderita, namun bila timbul terus-menerus dapat menyebabkan penderita menjadi frustrasi karena bisa saja menjadi hambatan dalam hal bekerja maupun aktivitas harian lainnya yang ada akhirnya dapat menurunkan kualitas hidup penderita.

Kenyamanan merupakan kebutuhan dasar manusia yang perlu dipenuhi baik secara mandiri ataupun dibantu. Gangguan dalam hal kebutuhan kenyamanan akan dapat memberikan efek negative pada kesehatan pasien. Hal yang sering terjadi gangguan kenyamanan adalah keluhan nyeri. Secara definisi nyeri merupakan pengalaman seorang pasien secara sensori dan emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan secara potensial ataupun actual (K. H. Kumar & Elavarasi, 2016).

Bekam merupakan alternatif pengobatan pilihan yang bisa digunakan untuk mengatasi *Myalgia*. Beberapa kalangan masyarakat melakukan pengobatan bekam atau biasa disebut dengan pengobatan *cupping* yang merupakan pengobatan peninggalan Nabi

Muhammad SAW. Selain digunakan sebagai pengobatan, bekam juga dapat digunakan untuk kebugaran dan meningkatkan metabolisme tubuh yang berfungsi untuk melindungi tubuh dari serangan penyakit.

Selama bekam, kulit yang dilakukan penyayatan mengalami cedera dapat menimbulkan stres fisik. Stres fisik tersebut akan memicu pengeluaran CRF (*Corticotropin Releasing Factor*) dari hipotalamus dan akan menstimulasi pengeluaran ACTH (*Adrenocorticotropic Hormone*) dari hipofisis anterior. Selanjutnya ACTH disintesis untuk pengeluaran zat lain yaitu POMC (*Proopiomelanocortin*) yang mana produk dari zat tersebut adalah β -endorfin yang merupakan salah satu opioid endogen. Hingga akhirnya terjadi pelepasan β endorfin dan hormon adrenocortical ke dalam sirkulasi. Selain itu endotelin-1 juga merupakan mediator nyeri yang disintesis oleh keratinosit kulit normal setelah cedera kulit dan bekerja pada reseptor *endotelin-A*. *Endotelin-1* dapat juga menghasilkan analgesia setelah berikatan pada reseptor *endotelin-B* yang mengarah pengeluaran β -endorfin dari keratinosit dan aktivasi saluran kalium *G-protein* yang terkait dengan reseptor opioid pada reseptor nyeri (Khodorova, Navarro, Jouaville, & Murthy, 2003).

Bekam atau hijamah (bahasa lainnya canduk, kop, cupping) adalah terapi yang bertujuan membersihkan tubuh dari darah yang mengandung toksin dengan tusukan-tusukan kecil pada permukaan kulit (Suwarsi, 2019). Penurunan skala nyeri sesudah dilakukan terapi bekam dikarenakan adanya rangsangan pada kulit berupa sayatan pisau bekam akan melepaskan beberapa zat seperti serotonin, histamine, bradikanin, mediator inflamasi, prostaglandin dan substansi P, zat yang terlarut dalam CPS termasuk masalah pada muskuloskeletal. Dengan penyayatan dan pengekupan pada titik bekam yang sudah ditentukan akan mengeluarkan dan menyeimbangkan zat CPS yang terlarut dalam darah (Ridho, 2015).

Peneliti berpendapat bahwa Beban kerja fisik dapat mengakibatkan kelelahan pada pekerja sehingga apabila pekerja dalam kondisi lelah dan tetap bekerja seperti keluhan otot skeletal. Jadi hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan keluhan otot atau nyeri otot. Penyebab myalgia atau nyeri otot pada responden juga dapat disebabkan karena pekerjaan, seperti pegawai swasta, buruh, pegawai negeri sipil, wiraswasta, dan ibu rumah tangga akibat perilaku yang salah: salah posisi kerja, gerak paksa, angkat berat, dll. Selain itu, pengalaman membuktikan pada umumnya nyeri otot karena salah posisi, salah gerak. Secara medis, nyeri otot terjadi karena timbunan asam laktat dalam jaringan otot.

PENUTUP

Kesimpulan Dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dari 20 responden dapat disimpulkan bahwa Dari hasil analisis menunjukkan bahwa ada perbedaan efektifitas tindakan bekam terhadap nyeri otot leher di klinik Asyifa Lawang. Melalui promosi kesehatan masyarakat diharapkan lebih meningkatkan minat menggunakan layanan bekam sebagai pertolongan pertama untuk mengatasi *Myalgia* sehingga penggunaan obat – obatan kimia dapat diminimalkan karena adanya efek samping khususnya apabila diberikan pada lansia. Selain itu, hal ini merupakan perwujudan mempertahankan warisan budaya luhur untuk mengatasi masalah – masalah kesehatan ringan, sebelum melakukan pengobatan secara medis.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2013). Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Jogjakarta: Ar-Ruz Media.
- Aprilia, P. (2014). Faktor Yang Mempengaruhi Body Mekanik. Dharma Husada Kediri.
- Arnatha, D. (2014). Hubungan Antara Beban dan Lama Mesuunan dengan keluhan Muskuloskeletal pada Perempuan Tukang Suun di Pasar Badung Denpasar. Universitas Udayana.
- Arifin Tafsir, 2017. Dahulukan Dawuh Rasulullah.Crew Bekam: Kediri.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : PT.Rineka Cipta.
- Azwar, Saifudin.(2013), Metodologi Penelitian. Yogyakarta:Pustaka Pelajar
- Azwar, Saifudin. (2011). Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Berman, A., Snyder, S. J., Kozier, B., Erb, G. L., Levett-Jones, T., Dwyer, T., ... Stanley, D. (2014). Fundamentals of Nursing (3rd ed.). Australia: Pearson Australia.
- Crock, H. V. (2013). Applied anatomy of the spine. Acta Orthopaedica, 64(s251), 56–58. <https://doi.org/10.3109/17453679309160118>
- Evadarianto, N., & Dwiyantri, E. (2017). Postur kerja dengan keluhan Musculoskeletal Disorder pada Pekerja Manual Handling Bagian Rolling Mill, (February), 97–106. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v6i1.2017.97-106>
- Falah, A. M. (2018). Pengaruh penambahan stretching exercises pada kompres panas terhadap penurunan nyeri pada neck pain syndrome. Universitas Muhammaiayah Surakarta.
- Harrison, M. F., Forde, K. A., Albert, W. J., Croll, J. C., & Neary, J. P. (2016). Posture and Helmet Load Influences on Neck Muscle Activation. Aerospace Medicine and Human Performance, 87(1), 48–53. <https://doi.org/10.3357/AMHP.4301.2016>
- Huldani. (2013). Neck Pain (Nyeri Leher). Universitas Lambung.
- Iranto, K. (2013). Anatomi dan Fisiologi. Bandung: Alfabeta.
- Khoirunnisa, N., & Novitasari, R. W. (2015). Assessment Nyeri, 42(3), 214–234.
- Kudsi, A. F. (2015). Factors That Influence Neck Pain Incidence of Computer Operators. Journal of Agromed Unila, 2(3), 257–262.
- Kumar, K. H., & Elavarasi, P. (2016). Definition of pain and classification of pain disorders. Journal of Advanced Clinical & Research Insights, 3(June), 87–90. <https://doi.org/10.15713/ins.jcri.112>

- Lawanont, W., Inoue, M., Mongkolnam, P., & Nukoolkit, C. (2018). Neck posture monitoring system based on image detection and smartphone sensors using the prolonged usage classification concept. *IEEJ Transactions on Electrical and Electronic Engineering*, 13(10), 1501–1510. <https://doi.org/10.1002/tee.22778>
- Mubarak, Iqbal, W., & Chayatin, N. (2009). *Ilmu Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muchlisin Riadi 23 Jul, 2020 bekam Pengertian, Manfaat, Jenis dan Langkahlangkahnya
- Munadi, L. A. (2013). Teknik Mengangkat Beban Berat dengan Keluhan Nyeri Otot Leher pada Pekerja Kuli Angkut di Gudang Bulog Mangkubumi dan Pamalayan. Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
- Neupane, S., Ali, U. T. I., & A, M. (2017). Text Neck Syndrome - Systematic Review. *Imperial Journal of Interdisciplinary Research*, 3(7), 141–148. Retrieved from <http://www.imperialjournals.com/index.php/IJIR/article/view/5343>
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Promosi Kesehatan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nugroho, M. A. A. (2018). *Fisiologi Sistem Muskular*. Politeknik Kesehatan RS dr Soepraoen Malang.
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Octaviani, D. (2017). Hubungan Postur Kerja dan Faktor Lain Terhadap Keluhan Musculoskeletal Disorder (MSDs) Pada Sopir Bus Antar Provinsi di Bandar Lampung. Universitas Lampung.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental of Nursing (7th ed.)*. Singapore: Elsevier Ltd.
- Prayoga, R. C. (2014). *Penatalaksanaan fisioterapi pada Cervical Syndrome*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Purwanto, E. D. (2017). **ENGARUH TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP PERUBAHAN NYERI PUNGGUNG PADA PEKERJA BERAT (PETANI)**. STIKES Insan Cendekia Medika Jombang
- Putri, Vi. R. A. (2017). Hubungan Postur Kerja Tidak Ergonomis dan Karakteristik Responden dengan Musculoskeletal Disorder pada Pekerja Furniture di CV Nova Furniture Boyolali. Universitas MUhammadiyah Surakarta.
- Ryan, B. (2013). *Acute neck pain (pp. 2009–2010)*.
- Saputri, A. M. (2016). Perbedaan Pengaruh Pemberian Active Exercise (Cervical Stabilization) dan Contract Relax Stretching Terhadap Peningkatan Kemampuan Fungsional Leher pada Myofasial Upper Trapezius Syndrome. Aisyiyah University of Yogyakarta.
- Setiawati, S., Friska, D., & Ichsan, S. (2018). Posisi Kepala dan Faktor Risiko Lain yang Berhubungan dengan Kejadian Nyeri Tenguk Akut pada Pengemudi Taksi Head Position and Other Risk Factors Associated with Acute Neck Pain among Ta Drivers, 6(1), 39–44. <https://doi.org/10.23886/ejki.6.7107>
- Setyowati, A. D. N. (2017). Perbedaan pengaruh myofascial release dan ischemic compression terhadap penurunan nyeri myofascial syndrome otot levator scapula. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Setyowati, Widjasena, B., & Jayanti, S. (2017). Hubungan Beban Kerja, Postur dan Durasi Jam Kerja dengan Keluhan Nyeri Leher pada Porter di Pelabuhan Penyeberangan Ferry Merak Banten, 5(2).
- Sifaunnajwah, L. (2015). *Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kondisi Cervical Root Syndrome e.c Spondylosis Cervical 4-6 di PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. *Journal of applied microbiology*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Skillgate, E., Bill, A. S., Côté, P., Viklund, P., Peterson, A., & Holm, L. W. (2015). The effect of massage therapy and/or exercise therapy on subacute or long-lasting neck pain - the Stockholm neck trial (STONE): Study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 16(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s13063-015-0926-4>
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulung, N., & Mutia, W. (2016). Beban angkut, posisi angkut, masa kerja dan umur dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja bongkar muat, 1(June), 63–74.
- Suyatno. (2013). Menghitung besar sampel penelitian kesehatan masyarakat. Retrieved from [http://suyatno.blog.undip.ac.id/files/2010/05/MENGHITUNG_BESARSAMPEL - PENELITIAN.pdf](http://suyatno.blog.undip.ac.id/files/2010/05/MENGHITUNG_BESARSAMPEL_-_PENELITIAN.pdf)
- Tonya, H. (2016). Anatomy of the spine. In *The Scientific Basis of Tissue Transplantation* (pp. 42–50).
- Trisnowiyanto, B. (2017). Teknik Penguluran Otot – Otot Leher Untuk Meningkatkan Fungsional Leher Pada Penderita Nyeri Tengok Non-Spesifik, 1(1), 6–11.
- 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.
- Van den Oord, M. H. A. H., Steinman, Y., Sluiter, J. K., & Frings-Dresen, M. H. W. (2012). The effect of an optimised helmet fit on neck load and neck pain during military helicopter flights. *Applied Ergonomics*, 43(5), 958–964. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2012.01.004>
- Waluyo, A. B. (2019). PENGARUH 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
- World Health Organization (WHO). (2013). Status Keselamatan Jalan di WHO Regional Asia Tenggara tahun 2013 Fakta Sekilas.
- Yang, H., Haldeman, S., Nakata, A., Choi, B., Delp, L., & Baker, D. (2015). Workrelated risk factors for neck pain in the US working population. *Spine*, 40(3), 184– 192. <https://doi.org/10.1097/BRS.0000000000000700>
- Yunus, M. Al. S. (2015). Hubungan Antara Beban Tas Punggung dengan Non Specific Neck Pain Pada Mahasiswa PSPD UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2015. Retrieved from http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/37843/1/MUHAMMAD_ALFA_SEPTIANO_YUNUS-FKIK.pdf
- Zakiyah, A. (2015). *Nyeri: Konsep dan Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti*. (P. P. Lestari, Ed.). Jakarta: Salemba Medika.