



FUNDUS

(JURNAL OF MIDWIFERY AND REPRODUCTION SCIENCE)

Jl. TGH Muh Rais Lingkar Selatan Kota Mataram
Telp:0370.6161261. www.journal.stikesyarsimataram.ac.id

Literatur review

Literature Review: Terapi Bekam Menurunkan Nyeri Dismenore

Irni Setyawati¹, Nurul Fatmawati², Yadul Ulya³, Siskha Maya Herlina⁴, Sarah Husyanti⁵

¹⁻⁵ Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan STIKes Yarsi Mataram

Article Info

Article History:

Diterima 4 Desember 2022
Diterbitkan 20 Maret 2023

Key words:

Terapi Bekam,
Nyeri, Dismenore

Abstract

Dysmenorrhea is abdominal pain during menstruation which usually occurs at the beginning of the menstrual cycle. There are several ways to deal with dysmenorrhea that are usually done by adolescents, namely pharmacological and non-pharmacological ways. One of the non-pharmacological ways is the traditional way with cupping therapy. Cupping therapy is carried out by sucking the skin through suction cups to reduce pain during dysmenorrhea. The author wants to conduct a literature review on the topic of cupping therapy to reduce dysmenorrhea pain. This study used the literature review method with data in the form of Sinta indexed journal articles for at least the last 10 years, from 2013 to 2023 which were accessed via the Google Scholar page. In identifying the title found 6 articles and in the final stage only 3 articles that can be used. Wet or dry cupping therapy can reduce the level of dysmenorrhea pain in adolescents. Further research is needed on the effectiveness of dry or wet cupping to reduce dysmenorrhea pain.

Abstrak

Dismenore adalah nyeri perut saat menstruasi yang biasa terjadi pada awal siklus menstruasi. Terdapat beberapa cara mengatasi dismenore yang biasa dilakukan oleh remaja, yaitu cara farmakologi dan non farmakologi. Salah satu cara non farmakologi yaitu cara tradisional dengan terapi bekam. Terapi bekam dilakukan dengan cara penyedotan kulit melalui cupping penghisap untuk mengurangi rasa nyeri saat dismenore. Penulis ingin melakukan kajian literatur dengan topik terapi bekam menurunkan nyeri dismenore. Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan data berupa artikel jurnal terindeks Sinta minimal 10 tahun terakhir yaitu dari tahun 2013 sampai dengan 2023 yang diakses melalui laman google scholar. Pada identifikasi judul ditemukan 6 artikel dan pada tahap akhir hanya 3 artikel yang dapat digunakan. Terapi bekam

Corresponding author:

Corresponding author: Irni Setyawati

Email : erny.gunawan07@gmail.com

Jurnal of Midwifery and Reproduction Science (FUNDUS), Vol 3 No 2 Maret tahun 2023

e-ISSN: 2808-1080,

basah atau kering dapat menurunkan tingkat nyeri dismenore pada remaja. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang efektivitas bekam kering atau basah terhadap penurunan nyeri dismenore.

PENDAHULUAN

Dismenore adalah nyeri perut saat menstruasi yang biasa terjadi pada awal siklus menstruasi. Dismenore terdiri dari dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer merupakan nyeri perut yang terjadi karena hipertonus dan vasokonstriksi pada myometrium sehingga terjadi iskemia dan nyeri pada bagian bawah perut saat menstruasi, sedangkan dismenore sekunder terjadi karena adanya kelainan ginekologis (Larasati & Alatas, 2016).

Terdapat beberapa cara mengatasi dismenore yang biasa dilakukan oleh remaja, yaitu minum jamu, pemijatan, istirahat yang cukup, memosisikan diri knee chest, melakukan relaksasi nafas, kompres hangat, kompres dingin, abdominal stretching dan teknik imagery guided. Cara tersebut merupakan penanganan secara non farmakologi, sedangkan cara farmakologi yaitu analgetic, terapi hormonal, dan terapi dengan minum obat analgesik golongan NSAID (Widyanthi et al., 2021) (Anggriani et al., 2021). Cara farmakologi yang dilakukan dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan efek samping, sehingga tidak jarang pengobatan tradisional menjadi salah satu solusinya.

Terapi bekam atau Hijamah merupakan pengobatan tradisional dengan cara penyedotan kulit atau penerapan tekanan negatif pada kulit melalui cupping penghisap. Terapi ini sudah dikenal sejak sebelum masa Rasulullah SAW. Keutamaan bekam didasarkan pada hadits Rasulullah SAW yang diriwayatkan oleh An-Nasaa'iy dalam Al-Kubraa no. 7537 (shahih) yang berbunyi: "Sebaik-baik pengobatan yang kalian berobat dengannya adalah bekam dan al-qusthulbahr" (Setyawan, 2022) (Hidayati et al., 2019) (Syafiya, 2018).

Bekam dapat bekerja sebagai anti nyeri dengan cara menginduksi perubahan sumber energi, defisiensi darah, defisiensi energi dan

konsep lain menurut teori Cina yang disampaikan oleh Ilkay Chirali (Hidayati et al., 2019). Penyakit dapat dicegah atau dihentikan agar tidak berkembang lebih berat dengan cara bekam (Sari et al., 2018).

Organisasi kesehatan dunia yang dikenal dengan World Health Organization (WHO) pada tahun 2022 mengeluarkan panduan untuk melakukan terapi bekam di dunia khususnya tentang prosedur keamanan dan keselamatan terapis dan pasien (WHO, 2022). Ersoy, dkk pada penelitiannya melaporkan hasil bahwa bekam basah dapat meningkatkan kualitas hidup seseorang melalui meningkatkan energi, tidur dan istirahat serta menghilangkan lelah, nyeri, dan ketidaknyamanan (Ersoy et al., 2019).

Oleh karena itu penulis ingin melakukan kajian literatur dengan topik "Terapi bekam menurunkan nyeri dismenore".

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review. Data yang digunakan yaitu artikel jurnal yang terindeks Sinta Kementerian Riset dan Teknologi/ Badan Riset dan Inovasi Nasional minimal 10 tahun terakhir yaitu dari tahun 2013 sampai dengan 2023 yang diakses melalui laman google scholar. Kata kunci yang digunakan pada pencarian artikel yaitu Bekam dan Dismenorea. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu artikel berasal dari Indonesia dengan tema penelitian intervensi terapi bekam terhadap nyeri dismenorea.

HASIL

Penelitian ini dilakukan dengan cara menelusur sumber google scholar. Pemilihan jurnal diawali dengan identifikasi judul jurnal, skrining akreditasi jurnal, skrining inklusi, dan skrining kelayakan. Pada identifikasi judul

ditemukan 6 artikel dan pada tahap akhir hanya 3 artikel yang dapat digunakan.

Desain penelitian pada masing-masing artikel dijelaskan pada tabel di bawah ini:

Tabel 1
Desain penelitian artikel

Nama penulis, judul dan tahun jurnal	Tujuan	Subyek	Jenis intervensi	Parameter yang diamati	Hasil
Maksum, Yusro Hadi Lestariningsih, Sri Widiyanti, Septi Efek bekam terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa 2019	Untuk mengetahui efektivitas bekam terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa	Mahasiswa yang mengalami berat (7-9) sebanyak 32 orang	Bekam pada titik bekam (Saq). Bekam dilakukan antara hari ke-7, 6, 5, 4, 3 atau hari ke-2 sebelum mengalami dismenore (pagi atau sore selama 60 menit)	Intensitas nyeri menggunakan skala penilaian <i>numeric rating scale</i> dan <i>the face pain scale</i>	Ada perbedaan yang signifikan skala nyeri dismenore sebelum dan sesudah diberikan perlakuan bekam ($p = 0,000$). Rata-rata nilai nyeri dismenore sebelum bekam dengan skala nyeri 6,78 (SD 0,98) atau

Nama penulis, judul dan tahun jurnal	Tujuan	Subyek	Jenis intervensi	Parameter yang diamati	Hasil
					nyeri sedang. Hasil rata-rata nilai nyeri dismenore sesudah bekam skala nyeri dismenore 5,09 (SD 1,05)
Purwaningrum, Vania Pangastika Armini, Ni Ketut Alit Ulfiana, Elida Kusumaningrum, Tiyas Terapi Bekam dalam Menurunkan Intensitas Dismenore dan Tanda-Tanda Vital (Nadi dan Tekanan	Untuk mengetahui efektivitas terapi bekam menurunkan intensitas dismenore dan tanda-tanda vital	Mahasiswa yang mengalami dismenore primer sebanyak 42 orang	Perlakuan terapi bekam kering sebelum mengalami menstruasi yaitu H14 setelah menstruasi pada titik reproduksi (al kahlil dan dua titik al warik	Pengukuran tanda-tanda vital (nadi dan tekanan darah). Intensitas dismenore menggunakan <i>Numeric rating scale</i>	Terdapat perbedaan tekanan darah sistolik antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol ($p=0.0213$ maka $p<0.05$). Tidak terda

Nama penulis, judul dan tahun jurnal	Tujuan	Subyek	Jenis intervensi	Parameter yang diamati	Hasil
Darah) 2019			dibagi an pinggang) selama 5 menit		pat perbe daan nadi antar a kelompok perla kuan deng an kelompok kontr ol (p=0.596 maka p>0.05). Tidak terda pat perbe daan tekan an darah diastolik antar a kelompok perla kuan deng an kelompok kontr ol (p=0,639, maka p>0,05). Terda

Nama penulis, judul dan tahun jurnal	Tujuan	Subyek	Jenis intervensi	Parameter yang diamati	Hasil
					pat perbe daan intens itas gejala disme nore antar a kelompok perla kuan deng an kelompok kontr ol (p=0,0001, maka p<0,05).
Sukma, Andi Setyawan, Aris The effectiveness of wet cupping therapy against menstrual pain (dismenoreia) on college student nursing of stikes surya global Yogyakarta 2022	Untuk meng etahui efektiv itas terapi bekam pada disme nore	Maha siswa yang meng alami disem nore primer sebanyak 15 orang	Bekam basa h pada titik bekam al-kahil dan al-warik selama 15-30 menit	Tingkat nyeri menggunakan <i>Numeric rating scale</i>	Terda pat peng aruh yang signifi kan antar a sebel um dan sesudah dilaku kan bekam basa h (p=0,001)

PEMBAHASAN

Penelitian ini disusun dengan metode literature review dengan mengumpulkan artikel yang menggunakan metode intervensi terapi bekam terhadap penurunan nyeri dimenorea. Penulis menemukan lima artikel pada google scholar dengan menuliskan “bekam” dan “dismenore”, kemudian penulis melakukan seleksi berdasarkan kriteria inklusi. Terdapat tiga artikel yang memenuhi kriteria inklusi.

Tiga artikel tersebut menggunakan subyek mahasiswi. Subyek pada penelitian Maksum, dkk dipilih dari mahasiswa perempuan yang mempunyai riwayat dismenore dalam 3 bulan terakhir, mengalami dismenore dengan skala rata-rata 7-9, dan tidak mengalami dismenore sekunder (ada kelainan ginekologi) sebanyak 32 orang (Maksum et al., 2019). Penelitian Purwaningrum, dkk memilih subyek mahasiswa perempuan yang memiliki siklus menstruasi teratur selama dua bulan terakhir dan mengalami dismenore primer sebanyak 42 orang (Purwaningrum et al., 2019). Sukma dan Setyawan pada penelitiannya memilih subyek mahasiswa perempuan yang mengalami dismenore primer sebanyak 15 orang (Sukma & Setyawan, 2022).

Terdapat perbedaan intervensi yang dilakukan oleh peneliti pada ketiga artikel tersebut. Maksum, dkk memberikan bekam pada titik bekam saaq yaitu pada tungkai bawah antara lutut dan pergelangan kaki bagian dalam kira-kira 4 jari di atas mata kaki bagian dalam. Bekam dilakukan antara hari ke-7, 6, 5, 4, 3 atau ke-2 sebelum mengalami dismenore yang diberikan pagi atau sore selama 60 menit (Maksum et al., 2019). Purwaningrum, dkk memberikan perlakuan bekam kering yang dilakukan saat H14 setelah menstruasi pada titik reproduksi (al kahil dan dua titik al warik di bagian pinggang) selama 5 menit (Purwaningrum et al., 2019). Demikian juga Sukma dan Setyawan pada penelitiannya memberikan perlakuan bekam basah pada titik al-kahil dan al-warik di hari pertama sampai dengan hari ketiga

menstruasi selama 15-30 menit (Sukma & Setyawan, 2022).

Titik bekam dikategorikan menjadi tiga jenis yaitu titik bekam menurut kajian hadits (titik Nabawi), titik bekam yang direkomendasikan oleh para dokter muslim dan ulama terdahulu, titik berdasar kajian anatomi fisiologi tubuh. Titik bekam yang digunakan oleh ketiga artikel di atas adalah titik bekam menurut kajian hadits Rasulullah SAW. Titik Al Kahil terletak di sekitar tonjolan tulang leher atau processus spinosus vertebrae cervicalis VII dan vertebrae thoracalis I. titik ini bermanfaat untuk mengobati meningitis, kasma, flu, dan tujuh puluh dua penyakit. Titik Al Warik terletak di bagian pinggul kiri dan kanan atau di pertemuan otot gluteus maximus, dengan gluteus medius bawah kiri dan kanan. Titik ini bermanfaat untuk masalah gangguan ginjal, sakit pinggang, haid tidak lancar dan susah buang air kecil (Setyawan, 2022).

Ketiga artikel di atas menggunakan parameter Numeric Rating Scale untuk mengukur intensitas nyeri dismenore, sedangkan penelitian Purwaningrum, dkk menambahkan pengukuran tanda-tanda vital berupa nadi dan tekanan darah, dan Maksum, dkk menambahkan penilaian the face pain scale untuk mengukur intensitas nyeri (Purwaningrum et al., 2019) (Sukma & Setyawan, 2022) (Maksum et al., 2019). Numeric rating scale merupakan indikator pengukuran intensitas nyeri yang dianggap sederhana dan mudah dimengerti, sensitive terhadap dosis, jenis kelamin, dan perbedaan etnis, serta lebih baik untuk menilai nyeri akut. Visual analog scale juga menjadi indikator pengukuran intensitas nyeri yang paling banyak digunakan untuk menilai nyeri. Skala linier ini menggambarkan secara visual gradasi tingkat nyeri yang mungkin dialami seorang pasien (Mardana & Aryasa, 2017).

Hasil penelitian ketiga artikel di atas mempunyai hasil yang hampir sama yaitu terapi bekam dapat menurunkan nyeri dismenore primer, baik bekam kering maupun bekam basah, namun terapi bekam tidak dapat mempengaruhi tekanan nadi dan tekanan diastolik. (Purwaningrum et al.,

2019) (Sukma & Setyawan, 2022) (Maksum et al., 2019). Hasil artikel di atas berbeda dengan hasil penelitian Muridah dan Yodang yang memberikan perlakuan terapi bekam basah kepada penderita hipertensi yaitu terjadi penurunan sistole dan diastole secara bermakna setelah dilakukan terapi bekam basah selama tiga bulan (Nuridah & Yodang, 2021). Demikian juga dengan hasil penelitian Mardiah, dkk yang mendapatkan hasil ada penurunan tekanan darah sistolik setelah dilakukan bekam kering (Mardiah et al., 2022).

Menurut teori pain-gate terapi bekam merangsang reseptor rasa sakit yang mengarah pada peningkatan frekuensi impuls yang mengarah pada penutupan gerbang rasa sakit dan mengurangi rasa sakit. Teori diffuse noxious inhibitory control menyatakan terapi bekam dapat menghasilkan efek analgesic melalui saraf yang sensitive terhadap stimulasi mekanik. Teori reflek zone menyebutkan bahwa terapi bekam dapat menyembuhkan peradangan dan menstabilkan permeabilitas sel yang disebabkan oleh kerusakan kulit, jaringan kulit, fascia, otot, dan cell mast mengakibatkan pelepasan serotonin, histamin, bradykinin, slow reacting subtabbce, serta zat-zat lain sehingga menyebabkan terjadinya dilatasi kapiler, arteriol dan flare reaction pada daerah yang dibekam. Dilatasi kapiler ini menyebabkan perbaikan mikrosirkulasi pembuluh darah yang dapat melepaskan corticotrophin releasing factor (CRF), dan releasing factor lainnya, kemudian CRF menyebabkan terbentuknya ACTH, corticotrophin, dan corticosteroid yang dapat menyembuhkan peradangan (Setyawan, 2022).

SIMPULAN

Terapi bekam basah atau kering dapat menurunkan tingkat nyeri dismenore pada remaja. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang efektivitas bekam kering atau basah terhadap penurunan nyeri dismenore.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih disampaikan kepada Ketua Stikes Yarsi Mataram, Ketua P3M STIKes Yarsi Mataram, Ketua Prodi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan yang telah memberikan ijin penelitian ini.

REFERENSI

- Anggriani, A., Mulyani, Y., & Pratiwi, L. D. (2021). Pengaruh terapi farmakologi dan non-farmakologi terhadap penurunan nyeri menstruasi pada mahasiswi fakultas farmasi universitas bhakti kencana Bandung. *Jurnal Riste Kefarmasian Indonesia*, 3(3), 174–188. <https://media.neliti.com/media/publications/483759-none-5b8d1bfe.pdf>
- Ersoy, S., Inci, H., Sunay, D., Kayis, S. A., Engin, V. S., & Benli, A. R. (2019). Wet cupping therapy improves health related quality of life: a self-controlled interventional study. *Ankara Med J*, 19(2), 270--277. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/744856>
- Hidayati, H. B., Hasan, M., Kuntoro, Soetojo, & Santoso, B. (2019). Bekam sebagai terapi alternatif untuk nyeri. *Neurona*, 36(2), 148–156. <https://ejournal.neurona.web.id>
- Larasati, T., & Alatas, F. (2016). Dismenore primer dan faktor risiko dismenore primer pada remaja. *Majority*, 5(3), 79–84. <https://joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/1040/835>
- Maksum, Y. hadi, Lestariningsih, S., & Widiyanti, S. (2019). Efek bekam terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(1), 36–42. <https://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM>
- Mardana, I. K. R. P., & Aryasa, T. (2017). *Penilaian nyeri*. https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/0a3e5b2c21e3b90b485f882c78755367.pdf
- Mardiah, Pahrul, D., Marleni, L., Saputra, A., & Ematiyana. (2022). Pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di rumah sakit ibnusina Palembang. *Jurnal Surya Medika*, 7(2), 174–180. <https://journal.umpalangkaraya.ac.id>

- Nuridah, & Yodang. (2021). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi: studi quasi eksperimental. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), 53–60.
- Purwaningrum, V. P., Armini, N. K. A., & Kusumaningrum, T. (2019). Terapi bekam dalam menurunkan intensitas dismenore dan tanda-tanda vital (nadi dan tekanan darah). *Pedimaternal Nursing Journal*, 5(2), 158–165. <http://e-journal.unair.ac.id/PMNJ>
- Sari, F. R., Salim, A., Ekayanti, F., & Subchi, I. (2018). *Bekam sebagai kedokteran profetik* (1st ed.). Rajawali press. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/49086/2/11>. Buku Bekam Final Rajawali.pdf
- Setyawan, A. (2022). *Modul pelatihan bekam dasar*. Holistic Islamic Integrative Care (Hi In Care).
- Sukma, A., & Setyawan, A. (2022). The effectiveness of wet cupping therapy against menstrual pain (dismenorrhea) on college student nursing of stikes surya global Yogyakarta. *IJICM*, 3(1), 35–43.
- Syafiya, A. K. (2018). *Terapi hijamah (bekam) menurut pendekatan sejarah dan sunnah* [Universitas Islam Negeri Sumatera Utara]. [http://repository.uinsu.ac.id/4223/1/TEISIS_CD SYAFIYA.pdf](http://repository.uinsu.ac.id/4223/1/TEISIS_CD_SYAFIYA.pdf)
- WHO. (2022). *WHO benchmarks for the practice of unani medicine*. <https://www.who.int/health-topics/traditional-complementary-and-integrative-medicine>
- Widyanthi, N. M., Reisyanti, N. K. A., & Prihatiningsih, D. (2021). Gambaran penanganan dismenore secara non farmakologi pada remaja kelas X di SMA Dwijendra Denpasar. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(6), 1745–1756.