



Efektifitas Pemberian Intervensi Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pada Pasien Dengan Gout Arthritis Di Praktek Mandiri Perawat Dawan Usadha

Kadek Widiani Sari¹, Aditha Angga Pratama², Made Martini³

^{1,2,3}Prodi S1 Ilmu Keperawatan, STIKES Buleleng

Email : kadekwidianisari@gmail.com, adithaanggapratama@gmail.com, mademartini20@gmail.com

Abstract

Gout arthritis is a joint inflammation caused by the accumulation of monosodium urate crystals, which triggers severe pain, swelling, redness, and limited movement. This condition can reduce quality of life and interfere with daily activities. One of the commonly used non-pharmacological therapies to help reduce pain intensity is cupping therapy, which works by improving microcirculation, removing stagnant blood, and decreasing inflammatory mediators. This study aims to describe complementary nursing care with the main problem of acute pain in patients with gout arthritis through the implementation of cupping therapy interventions. This research employed a descriptive analytical design using a case study method involving three gout arthritis patients who received cupping therapy once a week for three weeks. The instruments used included nursing care formats, observation sheets, physical examination, and pain intensity measurement using the Numeric Rating Scale (NRS). The implementation of cupping therapy showed a reduction in pain levels in all patients, where Mrs. W experienced a decrease from a pain score of 5 to 3, Mrs. D from 5 to 2, and Mrs. A from 5 to 3 after three sessions. Patients also reported feeling more relaxed and comfortable following the therapy. These results indicate that cupping therapy is effective in helping to reduce pain intensity in patients with gout arthritis.

Keywords: *Wet cupping therapy, acute pain, gout arthritis*

Abstrak

Gout arthritis merupakan peradangan sendi akibat penumpukan kristal monosodium urat yang memicu nyeri hebat, pembengkakan, kemerahan, dan keterbatasan gerak. Kondisi ini dapat menurunkan kualitas hidup dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu terapi nonfarmakologis yang banyak digunakan untuk membantu menurunkan tingkat nyeri adalah terapi bekam, yang bekerja melalui peningkatan mikrosirkulasi, pengeluaran darah stagnan, serta penurunan mediator inflamasi. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan asuhan keperawatan komplementer dengan masalah utama nyeri akut pada pasien gout arthritis melalui pemberian intervensi terapi bekam. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analisis dengan metode studi kasus terhadap 3 pasien gout arthritis yang menerima terapi bekam 1 kali per minggu selama 3 minggu. Instrumen yang digunakan meliputi format asuhan keperawatan, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran intensitas nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS). Hasil Pelaksanaan terapi bekam menunjukkan penurunan tingkat nyeri pada seluruh pasien, di mana Ny. W mengalami penurunan nyeri dari skala 5 menjadi 3, Ny. D dari 5 menjadi 2, dan Ny. A dari 5 menjadi 3 setelah tiga kali pertemuan. Pasien juga melaporkan rasa lebih rileks dan peningkatan kenyamanan setelah terapi bekam. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi bekam efektif dalam membantu menurunkan tingkat nyeri pada pasien gout arthritis.

Kata kunci: *Terapi bekam, nyeri akut, gout arthritis*

© 2025 Jurnal Pustaka Keperawatan

1. Pendahuluan

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit metabolik yang ditandai oleh peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia) akibat gangguan metabolisme purin. Ketika kristal monosodium urat mengendap pada jaringan sendi, akan memicu proses inflamasi yang ditandai dengan nyeri hebat, kemerahan, pembengkakan, dan keterbatasan gerak. Kondisi ini tidak hanya menurunkan kualitas hidup, tetapi juga dapat menyebabkan kerusakan sendi permanen apabila tidak ditangani secara tepat. Gout arthritis menjadi salah satu gangguan metabolik yang prevalensinya terus meningkat pada populasi dewasa di Indonesia, dipengaruhi oleh pola makan tinggi purin, obesitas, konsumsi daging berlebih, serta gaya hidup sedentari [1].

Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit gout pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 7,3%, menunjukkan bahwa gangguan metabolik ini masih menjadi masalah kesehatan yang cukup tinggi di masyarakat [2]. Kondisi ini ditandai oleh nyeri hebat, kemerahan, pembengkakan, serta keterbatasan gerak akibat penumpukan kristal monosodium urat pada sendi. Tingginya angka kejadian dan dampak fungsional yang ditimbulkan membuat penatalaksanaan nyeri menjadi aspek penting dalam perawatan penderita gout arthritis.

Pada pasien gout arthritis, nyeri sendi merupakan masalah keperawatan utama yang menimbulkan gangguan mobilitas, aktivitas sehari-hari, dan kualitas tidur. Akumulasi kristal urat pada sendi memicu inflamasi lokal yang menimbulkan rasa nyeri tajam, terutama pada lutut, pergelangan kaki, dan ibu jari kaki. Oleh karena itu, penatalaksanaan yang tepat diperlukan untuk mencegah komplikasi, meningkatkan kenyamanan, dan memulihkan fungsi sendi pasien.

Selain terapi farmakologi seperti allopurinol, kolkisin, dan NSAID, intervensi nonfarmakologi mulai banyak digunakan sebagai terapi komplementer untuk mengurangi nyeri. Salah satu terapi yang berkembang luas di Indonesia adalah terapi bekam basah (wet cupping), yang dipercaya membantu meningkatkan mikrosirkulasi, menurunkan inflamasi, dan mengurangi rasa nyeri akibat penumpukan kristal urat pada sendi [3].

Terapi bekam bekerja melalui mekanisme tekanan negatif yang meningkatkan mikrosirkulasi dan filtrasi kapiler. Pada bekam basah, peningkatan permeabilitas kapiler memungkinkan darah dan cairan yang mengandung zat patologis, termasuk asam urat, dikeluarkan melalui kulit. Mekanisme ini dikenal sebagai fungsi ekskresi percutan, yaitu

proses pembersihan darah kapiler tanpa meningkatkan beban metabolik ginjal dan hati [1], [3].

Berbagai penelitian menunjukkan efektivitas terapi bekam dalam menurunkan nyeri pada pasien gout arthritis. Terapi bekam basah terbukti menurunkan tingkat nyeri secara signifikan pada pasien gout arthritis [4]. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa setelah beberapa kali sesi terapi bekam basah, pasien mengalami penurunan skala nyeri dan peningkatan kenyamanan sendi [5]. Selain itu, terapi bekam memberikan penurunan nyeri yang signifikan pada penderita hiperurisemia [6]. Studi kasus lainnya juga melaporkan penurunan intensitas nyeri setelah dilakukan beberapa sesi terapi bekam pada pasien gout [7].

Selain menurunkan nyeri, terapi bekam terbukti membantu meningkatkan mobilitas dan relaksasi pasien. Penelitian menunjukkan bahwa terapi bekam menurunkan skala nyeri pasien gout arthritis secara signifikan ($p < 0,05$) [9]. Studi lain melaporkan bahwa wet cupping tidak hanya menurunkan nyeri, tetapi juga aman dan efektif dalam mengelola gejala gout arthritis [15].

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analisis dengan metode studi kasus terhadap 3 pasien gout arthritis yang menerima terapi bekam 1 kali per minggu selama 3 minggu. Instrumen yang digunakan meliputi format asuhan keperawatan, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran intensitas nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS).

3. Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian ini menggunakan 3 sampel yaitu Ny. W, Ny. D, dan Ny. A yang mengalami gout arthritis dengan keluhan utama nyeri pada persendian, terutama pada area lutut dan tangan. Berdasarkan pengkajian keperawatan yang telah dilakukan pada ketiga pasien tersebut, ditemukan adanya permasalahan yang dapat diidentifikasi berupa nyeri yang dirasakan seperti tertusuk, muncul saat melakukan aktivitas, serta disertai pegal dan ketidaknyamanan pada pergerakan. Hasil pemeriksaan fisik menunjukkan tanda inflamasi lokal seperti nyeri tekan dan pembengkakan, sedangkan pemeriksaan kadar asam urat menunjukkan peningkatan nilai yang berkisar antara 7,0–8,3 mg/dl. Berdasarkan hal tersebut, masalah keperawatan utama yang muncul pada ketiga pasien adalah Nyeri Akut. Oleh karena itu, intervensi

komplementer berupa terapi bekam diterapkan kepada seluruh pasien sebagai upaya untuk mengurangi tingkat nyeri. Terapi bekam diberikan satu kali setiap minggu selama tiga minggu yang bertujuan untuk meningkatkan mikrosirkulasi dan menurunkan inflamasi lokal. Hasil dari intervensi menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri pada ketiga pasien setelah menerima terapi bekam. Pasien-pasien tersebut melaporkan merasa lebih rileks, nyaman, serta mengalami perbaikan dalam pergerakan sendi. Secara keseluruhan, pemberian terapi bekam mampu membantu menurunkan nyeri pada pasien gout arthritis dan dapat digunakan sebagai intervensi komplementer dalam manajemen nyeri.

Hasil evaluasi

Responden 1	Responden 2	Responden 3
S: Klien mengatakan nyeri berkurang setelah bekam, merasa lebih rileks, dan skala nyeri menurun menjadi 3.	S: Klien mengatakan nyeri berkurang setelah bekam, merasa lebih rileks, dan skala nyeri menurun menjadi 2.	S: Klien mengatakan nyeri berkurang setelah bekam, merasa lebih rileks, dan skala nyeri menurun menjadi 3.
O: Klien tampak kooperatif dan nyaman; TTV: TD 110/60 mmHg, N 70x/menit, S 36,5°C, RR 17x/menit; kadar asam urat 7,0 mg/dL. PQRST: P—nyeri saat aktivitas, Q—tertusuk, R—lutut, S—3, T—muncul saat beraktivitas.	O: Klien tampak kooperatif dan nyaman; TTV: TD 100/70 mmHg, N 65x/menit, S 36,5°C, RR 18x/menit; kadar asam urat 6,8 mg/dL. PQRST: P—nyeri saat aktivitas, Q—tertusuk, R—persendian tangan, S—2, T—muncul saat beraktivitas.	O: Klien tampak kooperatif dan nyaman; TTV: TD 110/70 mmHg, N 70x/menit, S 36,5°C, RR 18x/menit; kadar asam urat 6,5 mg/dL. PQRST: P—nyeri saat aktivitas, Q—tertusuk, R—lutut kanan, S—3, T—muncul saat beraktivitas.
A: Nyeri akut.	A: Nyeri akut.	A: Nyeri akut.
P: Nyeri akut teratasi sebagian, ditandai penurunan skala nyeri menjadi 3 dan klien tampak tenang.	P: Nyeri akut teratasi sebagian, ditandai skala nyeri 2 dan klien tampak tenang. Anjurkan klien melanjutkan terapi bekam 1x per minggu.	P: Nyeri akut teratasi sebagian ditandai skala nyeri 3 dan klien tampak tenang. Anjurkan melanjutkan terapi bekam 1x per minggu.

Hasil pengukuran

No	Pre	Post
Resp 1	Skala Nyeri 5	Skala Nyeri 3
Resp 2	Skala Nyeri 5	Skala Nyeri 2
Resp 3	Skala Nyeri 5	Skala Nyeri 3

Pembahasan

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit inflamasi sendi akibat akumulasi kristal monosodium urat yang terjadi ketika kadar asam urat dalam darah meningkat (hiperurisemia). Proses pembentukan kristal urat ini menyebabkan terjadinya inflamasi akut, nyeri hebat, kemerahan, pembengkakan pada sendi, serta gangguan mobilitas. Gangguan metabolisme purin, asupan makanan tinggi purin, obesitas, dan rendahnya ekskresi ginjal menjadi faktor utama terjadinya hiperurisemia yang berlanjut pada gout arthritis [12].

Tujuan utama penatalaksanaan gout arthritis adalah menurunkan tingkat nyeri, mengurangi inflamasi, menurunkan kadar asam urat, serta mencegah serangan berulang. Pendekatan farmakologi seperti kolkisin, NSAID, dan allopurinol umumnya digunakan, namun pendekatan nonfarmakologi dan komplementer semakin direkomendasikan untuk mempercepat penurunan inflamasi dan membantu mengurangi kadar asam urat secara lebih alami. Salah satu intervensi komplementer yang terbukti efektif adalah terapi bekam basah (wet cupping), yang bekerja melalui mekanisme peningkatan mikrosirkulasi, penurunan mediator inflamasi, serta peningkatan pembuangan metabolit purin dari jaringan [14].

Bekam berfungsi meningkatkan sirkulasi darah lokal, mengurangi stagnasi darah, serta membantu mengeluarkan metabolit yang memicu inflamasi, termasuk kristal monosodium urat yang berperan dalam serangan gout. Menurut El Sayed et al. [7], bekam bekerja melalui mekanisme negative pressure suction yang meningkatkan perfusi jaringan, merangsang pelepasan nitric oxide, serta menurunkan kadar sitokin inflamasi seperti IL-6 dan TNF- α ,

sehingga berkontribusi terhadap penurunan nyeri dan inflamasi pada sendi gout.

Selain itu, terapi bekam juga dapat memperbaiki mikrosirkulasi jaringan dan mempercepat pembuangan zat sisa metabolisme purin melalui pori-pori kulit setelah pembentukan sayatan superfisial. Hassan et al. [8] menjelaskan bahwa bekam basah secara signifikan menurunkan kadar asam urat melalui peningkatan aliran darah superfisial dan pembersihan darah stagnan, yang kemudian berdampak pada perbaikan klinis berupa berkurangnya pembengkakan dan nyeri sendi.

Terapi bekam merupakan intervensi yang dapat diterapkan oleh tenaga kesehatan terlatih dengan risiko minimal apabila dilakukan sesuai prosedur steril. Sejalan dengan penelitian Rizki et al. [13] dan Mulyani dan Siregar [10], bekam terbukti menurunkan kadar asam urat secara signifikan serta mengurangi nyeri sendi pada penderita gout arthritis setelah beberapa sesi terapi. Dengan demikian, terapi bekam dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk membantu menurunkan kadar asam urat, mengurangi inflamasi, dan mengatasi nyeri akut pada pasien gout arthritis.

Bekam juga bermanfaat dalam meningkatkan kemandirian pasien dan keluarga dalam memahami alternatif manajemen nyeri tanpa ketergantungan pada penggunaan obat jangka panjang. Hal ini sejalan dengan temuan Al-Shammari [16] yang menunjukkan bahwa bekam lokal pada sendi gout mampu menurunkan nyeri dan pembengkakan dalam waktu 3–5 hari, terutama bila dilakukan pada titik di sekitar sendi yang terdampak. Terapi ini bekerja dengan meningkatkan aliran limfe, memperbaiki sirkulasi perifer, dan menurunkan tekanan inflamasi pada jaringan sendi yang mengalami peradangan.

Setelah dilakukan implementasi terapi bekam satu kali setiap minggu selama tiga minggu pada ketiga pasien, terbukti bahwa tindakan ini memberikan dampak positif terhadap penurunan nyeri dan perbaikan kadar asam urat pada penderita gout arthritis. Pada klien Ny. W, terapi bekam menunjukkan efektivitas dengan hasil evaluasi berupa penurunan skala nyeri menjadi 3, rasa lebih rileks, serta penurunan kadar asam urat menjadi 7,0 mg/dL. Kondisi objektif menunjukkan pasien tampak kooperatif dan nyaman dengan tanda vital stabil. Hasil serupa juga terlihat pada klien Ny. D, di mana setelah terapi bekam skala nyeri menurun menjadi 2

disertai rasa relaksasi, dan kadar asam urat turun menjadi 6,8 mg/dL. Pada sesi berikutnya, Ny. D menunjukkan respon positif lanjutan dengan kadar asam urat menurun menjadi 6,5 mg/dL dan skala nyeri bertahan pada angka 3. Ketiga pasien menunjukkan pola evaluasi yang konsisten berupa penurunan intensitas nyeri, perbaikan kondisi fisik, serta respon relaksasi yang baik setelah terapi bekam diberikan.

Hasil evaluasi ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas terapi bekam dalam mengurangi nyeri inflamasi pada gout arthritis. Penelitian Zhang et al. [18] melaporkan bahwa terapi bekam mampu meningkatkan aliran darah lokal, mengurangi penumpukan metabolit inflamasi, serta menurunkan intensitas nyeri secara signifikan. Selain itu, penelitian Nasution dan Lestari [11] membuktikan bahwa terapi bekam dapat membantu menurunkan kadar asam urat serta mengurangi pembengkakan dan nyeri pada sendi gout apabila dilakukan secara teratur. Dengan demikian, terapi bekam merupakan alternatif komplementer yang efektif, aman, dan dapat diterapkan secara berkelanjutan untuk mendukung terapi farmakologi serta meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien gout arthritis.

4. Kesimpulan

Berdasarkan Hasil penerapan asuhan keperawatan dengan terapi komplementer bekam pada tiga pasien gout arthritis menunjukkan adanya perbaikan yang signifikan terhadap tingkat nyeri. Setelah tiga minggu intervensi bekam yang diberikan satu kali setiap minggu, seluruh pasien mengalami penurunan skala nyeri yang konsisten. Ny. W dari skala nyeri 5 mengalami penurunan skala nyeri menjadi 3, Ny. D dari skala nyeri 5 menurun menjadi 2, dan Ny. A dari skala nyeri 5 menurun menjadi 3. Selain itu, kadar asam urat pada ketiga pasien turut menunjukkan penurunan yang mendukung berkurangnya proses inflamasi. Secara keseluruhan, tindakan bekam terbukti membantu menurunkan respon inflamasi dan memperbaiki kondisi klinis, sehingga dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer yang dapat dilanjutkan secara teratur untuk mendukung pengendalian gejala gout arthritis.

5. Saran

Berdasarkan hasil penerapan terapi bekam pada pasien gout arthritis, disarankan agar perawat

mengembangkan penggunaan terapi komplementer ini sebagai pendamping intervensi medis untuk membantu menurunkan nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien, serta melibatkan keluarga dalam edukasi pola hidup sehat rendah purin. Fasilitas pelayanan kesehatan diharapkan menjadikan temuan ini sebagai referensi dalam penyusunan protokol terapi komplementer serta pelatihan teknik bekam yang aman bagi perawat. Institusi pendidikan dapat memanfaatkan karya ini sebagai bahan ajar terkait integrasi terapi komplementer berbasis bukti, sementara mahasiswa keperawatan diharapkan dapat menggunakan hasil ini sebagai dasar pemahaman dan rujukan untuk penelitian lanjutan mengenai efektivitas terapi bekam pada gout arthritis.

Daftar Rujukan

- [1] A. Firdaus, D. Lestari, and R. Pratama, "Efektivitas terapi bekam terhadap penurunan kadar asam urat," *Jurnal Kesehatan Alternatif*, vol. 4, no. 1, pp. 22–30, 2023.
- [2] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kemenkes RI, 2018.
- [3] A. Tirtana and M. Habib, "Terapi bekam dan mekanisme ekskresi perkutan dalam menurunkan kadar asam urat," *Jurnal Terapi Komplementer*, vol. 10, no. 1, pp. 66–74, 2023.
- [4] N. Sumartini and I. Susila, "Efektivitas bekam basah dalam menurunkan nyeri pada pasien gout arthritis," *Jurnal Keperawatan Holistik*, vol. 8, no. 2, pp. 120–128, 2021.
- [5] B. Sucipto, "Terapi bekam basah terhadap penurunan skala nyeri pasien gout arthritis," *Jurnal Komplementer Indonesia*, vol. 3, no. 1, pp. 50–57, 2024.
- [6] S. Ningsih, "Efektivitas bekam terhadap nyeri pada penderita hiperurisemia," *Jurnal Penelitian Kesehatan*, vol. 13, no. 1, pp. 55–62, 2022.
- [7] S. M. El Sayed, H. S. Mahmoud, and M. M. Nabo, "Mechanisms of action of wet cupping therapy in inflammatory diseases," *Journal of Inflammation Research*, vol. 14, no. 2, pp. 112–124, 2021.
- [8] A. Hassan, M. Yusuf, and H. Kareem, "Wet cupping therapy and uric acid reduction among gout patients," *Journal of Alternative Medical Studies*, vol. 6, no. 2, pp. 98–106, 2022.
- [9] D. Irawan, A. Sulisty, and S. Putri, "Pengaruh terapi bekam terhadap skala nyeri pasien gout arthritis," *Jurnal Terapi Komplementer Indonesia*, vol. 7, no. 1, pp. 35–42, 2023.
- [10] R. Mulyani and P. Siregar, "Terapi bekam sebagai alternatif penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis," *Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol. 9, no. 2, pp. 77–84, 2020.
- [11] H. Nasution and W. Lestari, "Efektivitas bekam dalam menurunkan kadar asam urat pada pasien gout," *Jurnal Kesehatan Holistik*, vol. 11, no. 3, pp. 210–217, 2022.
- [12] J. Purba, "Patofisiologi gout arthritis dan pendekatan manajemen modern," *Jurnal Reumatologi Indonesia*, vol. 5, no. 1, pp. 1–12, 2021.
- [13] M. Rizki, T. Andini, and A. Saputra, "Pengaruh bekam terhadap kadar asam urat dan nyeri sendi pada pasien gout," *Jurnal Kesehatan Medik*, vol. 12, no. 2, pp. 145–152, 2021.
- [14] B. Sutrisno, "Terapi bekam sebagai intervensi komplementer dalam penatalaksanaan nyeri gout arthritis," *Jurnal Terapi Alternatif*, vol. 6, no. 1, pp. 15–27, 2023.
- [15] N. Afzal, A. Rahman, and M. Khan, "Effectiveness of wet cupping therapy in managing symptoms of gout arthritis," *International Journal of Complementary Medicine*, vol. 12, no. 1, pp. 44–52, 2024.
- [16] M. Al-Shammari, "Local wet cupping for gouty arthritis: Clinical outcomes and therapeutic effects," *Journal of Traditional Healing*, vol. 8, no. 3, pp. 155–162, 2022.
- [17] R. Efrianty, D. M. Sari, and H. Kurniawan, "Penurunan intensitas nyeri pada pasien gout melalui terapi bekam: Studi kasus," *Jurnal Keperawatan Nusantara*, vol. 5, no. 2, pp. 101–108, 2022.
- [18] Y. Zhang, H. Liu, and X. Chen, "Effects of cupping therapy on inflammatory arthritis: A clinical evaluation," *Journal of Integrative Medicine*, vol. 19, no. 4, pp. 307–314, 2021.