

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Ada perbedaan yang signifikan skala nyeri dan kualitas tidur pada pasien *low back pain* sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam pada kelompok intervensi dengan p-value $(0,001) < \alpha (0,05)$.
2. Tidak ada perbedaan secara signifikan skala nyeri dan kualitas tidur pada pasien *low back pain* sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol dengan p-value $(0,216) > \alpha (0,05)$.
3. Ada pengaruh signifikan terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri peningkatan kualitas tidur pada pasien *low back pain* di wilayah kerja Puskesmas Batunyala, Lombok Tengah dengan p-value skala nyeri 0,000 dan kualitas tidur $0,001 < \alpha (0,05)$.

B. Saran

1. Pelayanan Keperawatan

Perawat dapat berperan untuk memberikan informasi kepada masyarakat tentang terapi komplementer yaitu terapi bekam sebagai salah satu pengobatan alternatif dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan kualitas tidur jika ada masyarakat yang mengalami keluhan *low back pain*.

2. Pendidikan Keperawatan

- a. Memasukan materi kuliah terapi komplementer yang juga berisi tentang terapi bekam pada mata kuliah program studi keperawatan untuk menunjang keterampilan mahasiswa dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien *low back pain* secara holistik
- b. Mengadakan pelatihan atau seminar ilmiah tentang terapi bekam sebagai salah satu metode pendamping

dari terapi farmakologis untuk mengontrol skala nyeri dan kualitas tidur pada pasien *low back pain*.

3. Masyarakat

Penderita *low back pain* dapat menggunakan terapi *low back pain* sebagai pelengkap dari terapi obat terapi standar untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kualitas tidur dalam level yang adekuat. Kader dapat mensosialisasikan efektifitas terapi bekam dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan kualitas tidur.

4. Persatuan Bekam Indonesia

Organisasi PBI dapat menentukan standar penurunan skala nyeri dan penurunan kualitas tidur sehingga terapi bekam dapat diaplikasikan secara klinis dan menambahkan penelitian ini sebagai *evidence based* dalam menangani keluhan *low back pain*.

5. Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat meneliti tentang terapi bekam tidak hanya melihat efek pada skala nyeri dan

kualitas tidur saja, tetapi juga bisa terhadap efek pada masalah lainnya yang umum terjadi pada pasien dengan *low back pain*. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian tidak hanya terfokus pada diagnosa *low back pain* saja tapi juga dapat dilakukan untuk melihat pengaruh *low back pain* terhadap masalah yang terjadi pada diagnosa medis atau keperawatan yang lainnya. Peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan metode sampling yang lain selain *accidental sampling* dan dapat mengambil jumlah sampel yang lebih besar.