

**SKRIPSI**

**PENGARUH TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP  
*MOOD STATES* PADA ATLET BELADIRI UMY**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh :

AFIF TIARA KHUSNA

20190320056

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2023**

## PENYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Afif Tiara Khusna  
NIM : 20190320056  
Program Studi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber *literature* yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir skripsi ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 15 Juni 2023

Yang membuat pernyataan,



Afif Tiara Khusna

## KATA PENGANTAR

### *Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Mood States Pada Atlet Beladiri UMY”**. Skripsi diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Ilmu Keperawatan (S.Kep) di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Terselesaikannya penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan kerendahan hati dan rasa hormat kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan baik secara spiritual maupun material, secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Terutama kepada pihak-pihak yang saya hormati:

1. Kedua orang tua, kakak dan adik peneliti yang telah memberikan doa, dukungan, dan kasih sayang dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Dr. dr. Sri Sundari, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Sutantri, Ns., M. Sc., Ph.D selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Syahruramdhani S.Kep., Ns., MSN., MSc selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, dukungan, dan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi.
5. Dr. Azizah Khoiriyati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan saran, dukungan, dan masukan kepada penulis dalam penyusunan skripsi.
6. Selvi Rizkia Damayanti, Afri Elfida Hastanti, Tiana Pusmawati, Fara Fitri Fakhrudiana dan Faried Ahmad Satrio selaku teman yang selalu menemani dan memberikan semangat kepada peneliti selama penyusunan skripsi.

7. Responden penelitian yang telah membantu dan meluangkan waktunya dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
8. Sahabat dan teman-teman program studi ilmu keperawatan angkatan 2019 serta semua pihak yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna mengingat keterbatasan penelitian dan sangat mengharapkan kritik serta saran yang membangun dari semua pihak. Akhir kata penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan bisa sebagai referensi bahan masukan dalam bidang ilmu keperawatan.

Yogyakarta, 15 Juni 2023

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Afif', with a long horizontal stroke extending to the right.

Afif Tiara Khusna

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....</b>	<b>ii</b>
<b>PENYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Penelitian Terkait .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
A. Landasan Teori.....	10
1. Konsep Bekam.....	10
2. Konsep Suasana Hati ( <i>Mood</i> ).....	28

3. Hubungan antara Bekam Basah dengan <i>Mood</i> .....	33
B. Kerangka Teori .....	35
C. Kerangka Konsep.....	36
D. Hipotesis .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
A. Desain Penelitian.....	37
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	38
1. Lokasi Penelitian .....	38
2. Waktu Penelitian.....	38
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	38
1. Populasi.....	38
2. Sampel.....	38
D. Variabel Penelitian.....	40
1. Variabel Bebas ( <i>Independent Variabel</i> ).....	40
2. Variabel Terikat ( <i>Dependent Variabel</i> ) .....	40
E. Definisi Operasional.....	40
F. Instrumen Penelitian .....	41
G. Validitas dan Reliabilitas .....	42
H. Cara Pengumpulan Data .....	43
1. Tahap Persiapan.....	43
2. Tahap Pelaksanaan.....	43
3. Pasca Penelitian .....	46
I. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data .....	46
1. Teknik Pengolahan Data .....	46

2. Analisis Data .....	47
J. Etika Penelitian .....	48
1. <i>Informed consent</i> .....	48
2. <i>Ananomy</i> .....	49
3. <i>Confidentiality</i> .....	49
4. <i>Beneficence dan Nonmaleficence</i> .....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>50</b>
A. Hasil Penelitian .....	50
1. Karakteristik Responden .....	50
2. Perubahan Tingkat <i>Mood Pre</i> dan <i>Post</i> Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi .....	51
3. Perbedaan Tingkat <i>Mood</i> pada Kelompok Kontrol dan Intervensi .....	53
B. Pembahasan .....	53
1. Tingkat <i>Mood States</i> Pada Atlet .....	53
2. Pengaruh Terapi Bekam Basah dan <i>Mood States</i> .....	56
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>62</b>
A. Kesimpulan .....	62
B. Saran.....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>63</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1. 1</b> Perbandingan Penelitian Terdahulu .....	7
<b>Tabel 3. 1</b> Pembagian Kelompok Penelitian.....	37
<b>Tabel 3. 2</b> Definisi Operasional .....	40
<b>Tabel 4. 1</b> Karakteristik Demografi Kelompok .....	50
<b>Tabel 4. 2</b> Hasil Tingkat <i>Mood Pre</i> dan <i>Post</i> Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi .....	51
<b>Tabel 4. 3</b> Analisis Uji Beda <i>Paired T-Test Pre</i> dan <i>Post Test</i> .....	52
<b>Tabel 4. 4</b> Analisis Uji Beda <i>Independent T-test Mood</i> .....	53



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2. 1</b> Titik Bekam Nabawi .....	24
<b>Gambar 2. 2</b> Titik Anatomi Organ .....	26
<b>Gambar 2. 3</b> Kerangka Teori .....	35
<b>Gambar 2. 4</b> Kerangka Konsep .....	36
<b>Gambar 3. 1</b> Titik Bekam .....	45
<b>Gambar 3. 2</b> Set Bekam Kangdzu .....	46

## DAFTAR SINGKATAN

BRUMS	: <i>Brunel Mood Scale</i>
C	: Celcius
CPS	: <i>Causative Pathologicals Substance</i>
DC	: <i>Dry Cupping</i>
DNICs	: <i>Diffuse Noxious Inhibitory Controls</i>
EDRF	: <i>Endothelium-Derived Relaxing Factor</i>
FBRDE	: <i>Endhotelium-Derived Relaxation Factor</i>
FKIK	: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
GEFT	: <i>Gayatri Mantra &amp; Emotional Freedom Technique</i>
Hb	: Hemoglobin
HDL	: <i>High-Density Lipoprotein</i>
HNP	: <i>Hernia Nukleus Pulposus</i>
IgE	: <i>Immunoglobulin E</i>
IL-2	: <i>Interleukin-2</i>
LDL	: <i>Low Density Lipoprotein</i>
NCAA	: <i>National Collegiate Athletic Association</i>
NO	: <i>Nitric Oxide</i>
Ns	: Ners
PGT	: <i>Pain-Gate Theory</i>
Ph.D	: Doctor of Philosophy
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>

RR	: <i>Respiration Rate</i>
RZT	: <i>Reflex Zone Theory</i>
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
SOP	: Standar Operasional Prosedur
TBC	: Tuberculosis
TD	: Tekanan Darah
UKM	: Unit Kegiatan Mahasiswa
UMY	: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Surat Izin Studi Pendahuluan UMY .....	70
<b>Lampiran 2.</b> Instrumen Penelitian .....	71
<b>Lampiran 3.</b> Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	74
<b>Lampiran 4.</b> Lembar Observasi .....	75
<b>Lampiran 5.</b> Checklist Terapi Bekam Basah .....	76
<b>Lampiran 6.</b> Permohonan Izin Penelitian .....	78
<b>Lampiran 7.</b> Distribusi Frekuensi .....	79
<b>Lampiran 8.</b> Dokumentasi Penelitian .....	82
<b>Lampiran 9.</b> Hasil Cek Turnitin .....	84