

EFEKTIFITAS TERAPI BEKAM TERHADAP KUALITAS HIDUP PENDERITA HIPERTENSI KRONIK

Nuridah^{1*}, Yodang²

¹Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Sembilanbelas November Kolaka

*Email korespondensi: nuridah.usnkolaka@gmail.com

² Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Sembilanbelas November Kolaka

email: yodang.usnkolaka@gmail.com

Submitted :31-10-2021, Reviewed:08-12-2021, Accepted: 23-12-2021

DOI: <http://doi.org/10.22216/endurance.v6i3.666>

ABSTRACT

Hypertension, which is a major factor in cardiovascular damage, can have a negative impact on all organs, especially the heart, kidneys and even a sudden stroke if it is not resolved immediately and makes the sufferer's quality of life worse. This study aims to explore the experiences of chronic hypertension sufferers in undergoing cupping therapy. Data obtained through direct interviews with patients with chronic hypertension as many as five participants using purposive sampling technique and analyzed using collaizi technique. This study resulted to four themes, namely 1) physiological dimensions in the form of: reduced / lost pain, reduced / stopped drug consumption and increased sleep quality, 2) psychological dimensions in the form of: feeling happy, comfortable, reduced stress and anxiety, 3) social dimensions in the form of: family support and 4) environmental dimensions in the form of: security and more economical financing. Cupping therapy has a very good effect in improving the quality of life for people with chronic hypertension.

Keywords: Cupping therapy; hijamah; chronic hypertension; quality of life

ABSTRAK

Penyakit hipertensi yang menjadi faktor utama kerusakan kardiovaskuler dapat memberikan dampak negatif pada semua organ terutama, jantung, ginjal bahkan serangan stroke secara tiba-tiba jika tidak segera teratasi dan membuat kualitas hidup penderita semakin memburuk. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplor pengalaman penderita hipertensi kronik dalam menjalani terapi bekam. Data didapatkan melalui wawancara langsung kepada penderita hipertensi kronik sebanyak 5 partisipan dengan menggunakan tehnik purposive sampling dan dianalisis menggunakan teknik collaizi. Penelitian ini menghasilkan 4 tema yakni 1) dimensi fisiologis berupa: nyeri yang berkurang/ hilang, mengurangi/ menghentikan konsumsi obat dan kualitas tidur meningkat, 2) dimensi psikologis berupa: perasaan senang, nyaman, stres dan cemas berkurang, 3) dimensi sosial berupa: dukungan keluarga dan 4) dimensi lingkungan berupa: keamanan dan pembiayaan yang lebih ekonomis. Terapi bekam memberikan pengaruh yang sangat baik dalam meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi kronik.

Kata Kunci : *Bekam; cupping therapy; hijamah; hipertensi kronik; kualitas hidup*

PENDAHULUAN

Sering disebutkan dalam dunia medis bahwa hipertensi merupakan sebuah penyakit seumur hidup ketika pasien telah mendapatkan pertama kali diagnosa tersebut. Hal tersebut dikarenakan ketika sejak awal terdiagnosa dari hasil *asesment* yang akurat maka dapat dipastikan bahwa keadaan vaskuler penderita hipertensi tidak lagi berada dalam kondisi yang normal seperti sediakala. Penyakit hipertensi merupakan masalah kesehatan yang bersifat global dengan prevalensi dan resiko komplikasi kardiovaskuler yang cukup tinggi di dunia diperkirakan masyarakat yang mengalami hipertensi sebanyak 1,5 miliar (29%) (Lu et al., 2019).

Dapat dikatakan bahwa hipertensi menjadi faktor penyebab utama dari penyakit lainnya seperti jantung dan stroke, dikarenakan tekanan darah yang tinggi dalam vaskuler atau pembuluh darah pasien menyebabkan kondisi organ-organ dalam tubuh menjadi lebih rentang terganggu, terlebih lagi jika kondisi tersebut terus berlanjut/ kronis maka jantung dan ginjal dapat mengalami kerusakan yang fatal (Kementrian Kesehatan RI, 2014). Dikatakan hipertensi jika tekanan sistolik dalam pembuluh darah mencapai ≥ 140 mmHg, dan tekanan diastolik mencapai ≤ 90 mmHg dan telah dapat menegakkan diagnosa pada usia mulai ≥ 18 tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2019).

Laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 juga melaporkan bahwa, prevalensi penderita hipertensi sebanyak 34,11% dan usia yang paling tinggi ditemukan berada pada rentang ≥ 45 tahun dimana wanita menempati persentase tertinggi kejadian hipertensi yakni sebesar 36,85%. Selain itu, dilaporkan bahwa kepatuhan minum obat penderita hipertensi masih cukup tinggi yakni sebesar 54,40%, tidak patuh sebesar 31,3%, dan berhenti berobat karena alasan hilangnya

gejala hipertensi sebanyak 59,8%, fenomena tersebut menunjukkan masih kurangnya pemahaman penderita hipertensi terkait penyakit yang mereka alami ini.

Dalam laporan tersebut fenomena yang lain pun ditemukan, dimana obat-obatan kimiawi yang memiliki efek samping jangka panjang masih cukup tinggi digunakan sebagai pilihan terapi penderita hipertensi yakni sebesar 14,5%, kejadian tersebut dianggap oleh masyarakat akibat efek kimia jangka panjang dan ketidakmampuan untuk membeli obat-obatan hipertensi, sehingga mereka akan memilih pengobatan herbal ataupun alternatif dengan biaya yang lebih kecil. Hal ini diuji cobakan pada salah satu terapi komplementer seperti bekam pada penderita hipertensi (Elizabeth et al., 2019). Dalam penelitian fenomenologi yang lain ditemukan bahwa, masyarakat memilih terapi bekam dalam upaya menurunkan tekanan darah karena selain efek terapi, keamanan dan kenyamanan bagi penderita, juga memiliki jaminan ekonomi yang lebih terjangkau untuk di lakukan (Syahputra et al., 2019).

Bekam merupakan terapi kuno yang dilakukan oleh beberapa budaya untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan umum. Dahulu teknik ini menggunakan gelas plastik, bambu, tanah atau gelas yang ditempatkan pada titik akupuntur yang diinginkan pada kulit untuk membuat penyedotan. Saat ini, mekanisme efek terapi bekam masih tetap dirasakan oleh penggunaanya yang diyakini dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Meskipun beberapa orang lainnya masih meragukan efek dari terapi bekam, namun beberapa penelitian yang berkembang menunjukkan adanya manfaat yang dirasakan oleh masyarakat yang menjalani terapi bekam diantaranya adalah menstabilkan tekanan darah pada penderitanya (Rahman et al., 2020). Dijelaskan bahwa dalam

penerapan awal terapi bekam ditemukan bahwa mekanisme fisiologis tubuh akan bekerja dengan baik melalui stimulus yang dikeluarkan oleh hormon serotonin, dopamin yang akan menjadikan pembuluh darah berdilatasi dan mengeluarkan efek relaksasi pada tubuh sehingga efek nyeri pada saat pembekaman tidak terlalu dirasakan oleh pasien yang melakukan terapi bekam (Ge et al., 2017)

Telah banyak penelitian analisis terkait efek terapinya baik dari laporan statistik maupun dari segi fenomenologi. Dalam sebuah penelitian quasi eksperimen didapatkan efek terapi bekam dapat menurunkan tekanan darah sistol dan diastol dengan melakukan pembekaman setiap 2-3 minggu sekali (Mukhlis et al., 2020). Manfaat terapi bekam juga memberikan efek psikologis yang positif pada seseorang, dimana dengan keikutsertaan kerja fungsi hormon dalam tubuh saat berbekam, membuat resistensi pada pembuluh darah secara sistemik akan menurun, terjadi relaksasi sehingga akan menekan pengeluaran hormon kortisol yang dapat membuat gejala stress pada tubuh itu sendiri. Gejala psikologis yang dapat dirasakan pada penderita hipertensi seperti nyeri kepala, pusing, rasa cemas, mudah panik, gelisah, stress dan bahkan dapat terjadi depresi akibat respon tubuh terhadap patologi dari penyakit hipertensi (Adel Galal, 2014)

Mekanisme kerja yang dapat dijelaskan bahwa, pada prinsipnya terapi bekam akan memberikan sebuah tekanan negatif pada kulit, yang nantinya akan menstimulasi beberapa mediator seperti histamin dalam memberikan efek vasodilatasi pembuluh darah pada area tekanan tersebut, zat noradrenalin dan adenosin juga keluar untuk meningkatkan efek sirkulasi pada pembuluh darah, mekanisme tersebut akan menstimulasi sistem saraf otonom untuk menurunkan tekanan darah (Darmawan et al.,

2018). Selain itu efek tekanan yang diberikan pada terapi bekam juga menstimulasi pengeluaran Nitric Oxide (NO) dan mengeluarkan radikal bebas yang menyebabkan tekanan darah menjadi lebih stabil (Aleyeidi & Aseri, 2014). Pengeluaran NO dari sel endotel akibat terapi bekam akan memberikan pengontrolan dari volume darah sehingga sirkulasi darah menjadi lancar, selain itu stimulasi sistem saraf akan menyebabkan stimulasi fungsi fisiologis tubuh sehingga imunitas tubuhpun dapat lebih meningkat dan tekanan darah menjadi turun (Hani & Saleem, 2019).

Mekanisme fungsional yang positif dari sistem tubuh yang bekerja saat terjadi pembekaman lah yang banyak dilaporkan dari hasil penelitian membuat turunnya tekanan darah secara signifikan terjadi. Namun hasil tersebut banyak ditemukan pada penelitian yang melakukan pengukuran tekanan darah 5 menit setelah terapi bekam di berikan sehingga kejadian fisiologis tubuh dapat adanya tindakan akan sangat mempengaruhi tekanan darah secara akut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yang menjelaskan pengalaman seseorang sesuai yang di pahami tentang sebuah objek atau perilaku yang dialami atau dilihat dilapangan melalui sebuah observasi, catatan ataupun wawancara secara mendalam (Afiyanti & Rachmawati, 2014). Dengan melakukan wawancara maka kita akan mendapatkan sebuah gambaran melalui ungkapan yang dimaknai atau dirasakan oleh subjek (Raco, 2010). Dalam operasional metode kualitatif ini, hasil wawancara dianalisis dengan menggunakan teknik analisa metode Colaizzi yakni mengumpulkan data primer, membaca hasil transkrip secara berulang-ulang sampai menemukan makna dengan menandainya, menentukan kategori,

dan menuliskan laporan dalam bentuk kalimat/ frasa dari setiap data yang dilaporkan oleh partisipan. (Ah et al., 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi kronik yang didapatkan dari kunjungan pasien yang akan menjalani terapi bekam di wilayah kerja puskesmas latambaga. Sampel didapatkan dengan tehnik *purposive sampling* dengan kriteia inklusi pasien hipertensi yang telah didiagnosa (≥ 5 tahun) dan menjalani terapi bekam selama 3 bulan berturut-turut dengan kriteria usia >45 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik, memahami bahasa Indonesia dengan baik dan bersedia mengikuti alur penelitian. Penelitian telah bebas uji etik, dimana sebelum melakukan wawancara, partisipan mendapatkan penjelasan terkait tujuan penelitian ini dan menjamin kerahasiaan data yang akan didapatkan, serta menyiapkan *informed consent* bagi partisipan yang bersedia mengikuti penelitian ini sampai akhir. Alur penelitian ini dilakukan dengan pemilihan sampel sesuai kriteria yang ditetapkan dalam penelitian, kemudian dilakukan penjelasan terkait tujuan dan teknik pengambilan data hingga meminta persetujuan. Peneliti akan memilih sampel yang bersedia dilakukan wawancara secara mendalam dengan menggunakan *type recoder* (perekaman) setelah itu dilakukan analisis data partisipan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini semua partisipan berusia >45 tahun yang menderita hipertensi kronik ≥ 5 tahun yang menjalani terapi bekam secara berturut-turut selama 3 bulan berturut-turut di wilayah kerja Puskesmas Latambaga. Partisipan penelitian ini berjumlah 5 orang yang dipilih dengan *purposive sampling*. Berikut adalah penjelasan karakteristik partisipan yang terlibat dalam penelitian ini:

Partisipan 1

Partisipan berusia 60 tahun, jenis kelamin perempuan dengan berat badan 66kg, yang telah mengalami hipertensi selama kurang lebih 8 tahun. Tekanan darah sebelum melakukan terapi bekam 150/90 mmHg.

Partisipan 2

Partisipan berusia 58 tahun, jenis kelamin perempuan dengan berat badan 58kg, yang telah mengalami hipertensi selama kurang lebih 6 tahun. Tekanan darah sebelum melakukan terapi bekam 200/100 mmHg.

Partisipan 3

Partisipan berusia 53 tahun, jenis kelamin laki-laki dengan berat badan 60kg, yang telah mengalami hipertensi selama kurang lebih 6 tahun. Tekanan darah sebelum melakukan terapi bekam 170/100 mmHg.

Partisipan 4

Partisipan berusia 56 tahun, jenis kelamin perempuan dengan berat badan 59kg, yang telah mengalami hipertensi selama kurang lebih 7 tahun. Tekanan darah sebelum melakukan terapi bekam 200/90 mmHg.

Partisipan 5

Partisipan berusia 52 tahun, jenis kelamin perempuan dengan berat badan 59kg, yang telah mengalami hipertensi selama kurang lebih 10 tahun. Tekanan darah sebelum melakukan terapi bekam 150/90 mmHg.

HASIL ANALISA

Dalam analisa tematik pada penelitian ini menggunakan teori kualitas hidup menurut *World Health Organization Quality (WHOQOL-BREF)*, dimana pasien hipertensi kronik menggambarkan pengalaman pertama kalinya menjalani terapi bekam. Adapun hasil tema yang didapatkan dari hasil wawancara adalah 1) perubahan fisiologis, 2) perubahan psikologis, 3) perubahan social,

dan 3) perubahan dimensi lingkungan. Berikut penjelasan tema yang didapatkan:

Perubahan Dimensi Fisiologis

Setelah melakukan analisis transkrip maka didapatkan perubahan fisiologis yang dirasakan oleh penderita hipertensi kronik setelah melakukan terapi bekam pertama kali selama 3 bulan secara berturut-turut. Dijelaskan oleh para penderita hipertensi kronik bahwa setelah mengikuti terapi bekam ini, efek yang paling dirasakan adalah nyeri tengkuk dan kepala berkurang dan hilang, obat sudah tidak sering dikonsumsi dan bahkan berhenti serta kualitas tidur menjadi lebih baik. Beberapa pernyataan yang didapatkan dari respon fisiologis:

"setelah berbekam badan rasanya ringan, leherku tidak tegang lagi..dan tidur lebih nyenyak, selalu rasa mengantuk dan mau tidur...obat sudah jarang saya minum"(P1)

"ini terapi bikin enak tidur..., ringan badan, baru selalu mau tidur.." (P2)

"selama saya berbekam, tidak pernah lagi saya minum obat, karena kepala sudah tidak sakit lagi, tengkuk saya tidak lagi tegang.. pokoknya enak badan" (P3)

"enak tidur sudah bekam, ringan badan..tidak pernah lagi sakit kepala ku, jadi obat tidak lagi saya minum" (P4)

"selama berbekam mau terus tidur, ringan badan, kepala juga sudah tidak pernah sakit apalagi tengkuk ku..enak..sudah tidak minum obat lagi, saya pilih untuk berbekam saja" (P5)

Perubahan Dimensi Psikologis

Kondisi fisik penderita hipertensi kadang selalu mempengaruhi keadaan psikologis mereka sehingga rasa ketidaknyamanan tubuh seperti terasa berat dan tegang pada area tengkuk, akan memberikan efek emosional yang tidak

stabil. Namun dari penjelasan mereka yang telah menjalani terapi bekam dilaporkan bahwa relaksasi tubuh yang membuat perasaan mereka menjadi nyaman, senang, dapat mengontrol emosi dan kecemasan berkurang.

"kalau perasaan setelah bekam enak sekali..., karena ringan dirasa badan..jadi senang juga perasaan ta, alhamduLILLAH.." (P1)

"bekam bikin pikiran saya menjadi nyaman dirasa...enak, perasaan juga senang, bahagia...dulu sering marah tetapi sekarang sudah tidak terlalu, mungkin karena tidak sering sakit kepala lagi.."(P2)

"kalau sudah dibekam, enak sekali tidur..bangun juga perasaan ta tenang, nyaman...pokoknya ringan semua dirasa" (P3)

"Dulu sedikit-sedikit marah...sakit kepala mana tegang terus, jadi mungkin terbawa emosi di..., ini sudah jarang sekalimikasian.."(P4)

"semoga bisa terus berbekam, karena setiap sudah dibekam senang perasaan jadi ringan dirasa...",(P5)

Perubahan Dimensi Sosial

Pengalaman 3 bulan diberikan terapi bekam membuat kesan tersendiri bagi penderita hipertensi kronik, dimana perasaan rileks yang mereka rasakan sesaat setelah membekam membuat mereka merasa yakin dengan terapi bekam sehingga dukungan keluarga untuk menjalani terapi bekam ini menjadi sebuah pilihan yang tepat untuk mengontrol tekanan darah. Keadaan ini tergambar komitmen dari penderita hipertensi kronik ini dapat menjalani terapi bekam secara konsisten setiap bulannya.

"selama sudah menjalani terapi bekam, saya tidak lagi minum obat hipertensi secara terus-menerus, karena kalau ada gejala

hipertensi kadang saya minta anak saya untuk mengantarkan ke tempat pembekaman" (P1)

"kalau bekam, saya mau..tidak ada kesempatan pergi terus di puskesmas ambil obat, pokonya bekam lebih baik dijalani "(P2)

"kalau pas waktunya berbekam, saya langsung pergi kesana...., biasa istri ku mi yang ingatkan" (P3)

"kalau keluarga sangat mendukung, cucuku selalu bonceng saya pergi bekam.."(P4)

"anak-anakku kasian dia dukung ka pergi bekam, biar tetap sehat katanya walaupun kita sudah tua..."(P5)

Perubahan Dimensi Lingkungan

Umumnya penderita hipertensi kronik ini menjelaskan bahwa dengan adanya terapi bekam ini, mereka mampu melakukan penghematan ekonomi dalam memperoleh pengobatan dilayanan kesehatan dengan meminum obat hipertensi secara rutin. Keadaan tersebut membuat beberapa masyarakat mengalami kendala ekonomi untuk memenuhi pengobatan. Dengan menjalani terapi bekam sebulan sekali, mereka melaporkan sangat membantu dalam memelihara dan menjaga kesehatan mereka dengan menjalankan terapi bekam dengan biaya yang lebih terjangkau. Hal ini dinyatakan dengan beberapa pertanyaan sebagai berikut:

"ini bekam kita langsung rasakan manfaatnya, turun juga tekanan ta..baru tidak minum obat mi...aman mi ginjal, lebih ekonomis juga" (P1)

"kita ini sudah tua kasian,..lebih aman kita dikasi keluar darah kotornya dari pada minum obat., mana kadang harus beli klu resep nya dokter diklini" (P2)

"di bekam sudah lebih enakan, aman karena tidak sering lagi minum obat dan lebih terjangkau" (P3)

"saya bersyukur sekali kasian, darah kotor ta sudah dikasi keluar...mau minum obat terus takut ki juga karena sudah tua.."bekam lebih sehat, aman dan murah "(P4)

"alhamduLILLAH terapi bekam yang bikin aman, nyaman dan sehat, tidak cape-cape ke dokter beli obat hipertensi, hemat baru tetap sehat, tekanan ta juga turun" (P5).

Dimensi Fisiologis

Dalam penelitian ini didapatkan bahwa, efek terapi bekam memberikan perubahan respon fisik yang baik kepada penderita hipertensi kronik, yang paling dirasakan adalah nyeri yang dirasakan pada area tengkuk menjadi berkurang dan kualitas tidur mereka menjadi lebih baik dari sebelumnya. Beberapa penelitian telah dilaporkan sebelumnya dimana terapi bekam mampu memberikan efektifitas dalam menurunkan rasa nyeri pada penderita penyakit kronis, sehingga sebagian besar masyarakat memilih terapi bekam ini sebagai usaha mereka dalam menurunkan rasa nyeri tanpa harus mengkomsumsi obat-obatan kimia (Badriyah Hidayati et al., 2019).

Pada penelitian yang lain melaporkan bahwa terapi bekam juga mampu meningkatkan kualitas tidur dengan lebih baik dari sebelumnya pada penderita *low back pain* (P=0,000) hal tersebut dikorelasikan dengan menurunnya rasa nyeri yang dirasakan pada penderitanya (Sirotujani & Kusbaryanto, 2020). Hal yang sama dikemukakan dalam hasil penelitiannya yang menunjukkan efek terapi bekam dalam menurunkan nyeri dan peningkatan kualitas tidur tanpa memberikan efek samping atau komplikasi lainnya dari terapi ini (Volpato et al., 2020). Terapi bekam tidak hanya

menurunkan rasa nyeri yang dirasakan oleh penderita hipertensi kronik, namun penyakit-penyakit kronis lainnya yang menyerang usia yang rentang seperti osteoarthritis juga membarikan efek yang sangat bermanfaat dalam menurunkan rasa nyeri (Badriyah Hidayati et al., 2019)

Mekanisme kerja terapi bekam dalam menurunkan nyeri dalam hal ini ketegangan otot bagian belakang pada penderita hipertensi dapat dijelaskan bahwa otot merupakan salah satu mediasi penghantar rasa nyeri muncul, dan ketegangan otot diakibatkan karena tingginya tekanan darah pada area tersebut sehingga memberikan tekanan yang besar pula pada serabut saraf yang ada pada otot, sehingga dengan memberikan terapi bekam beberapa lemak darah akan keluar dan zat-zat sampah lainnya sehingga secara fisiologis volume darah akan ikut menurun, sirkulasi kembali lancar dan akhirnya akan menurunkan efek tekanan pada dinding pembuluh darah yang menyebabkan ketegangan otot pun ikut berkurang, selain itu terapi bekam yang menghasilkan stimulus reseptor pada kulit akan memberikan perbaikan sirkulasi darah melalui koneksi saraf pada organ yang dituju (Al-Mahrezi, 2020)

Pada kondisi gangguan tidur yang dialami oleh penderita hipertensi dapat dihubungkan karena adanya aktivitas yang meningkat pada area kepala yang memberikan respon rasa nyeri dan ketegangan, ditemukan bahwa terapi bekam mampu memberikan kualitas tidur yang lebih baik pada penderita yang mengalami gangguan tidur dibandingkan dengan mengkonsumsi obat-obat tertentu (Yu, 2019). Mekanisme kerja terapi bekam yang memberikan efek vasodilatasi akan memberikan stimulasi suplay darah ke otak menjadi lebih lancar, meningkatkan keseimbangan yang eksitasi yang dinamis dan penghambatan korteks cerebral (Xu &

Wang, 2018). Penelitian terkait nyeri kepala kronik yang dirasakan juga mengalami perubahan yang signifikan dari level 7 ke level 5 setelah dilakukan terapi bekam (El-Shanshory et al., 2018).

Dimensi Psikologis

Gangguan psikologis seperti kecemasan, emosi yang tidak stabil ataupun stress pada pasien hipertensi kronik dapat dipengaruhi oleh efek kondisi tekanan darah dalam vaskuler penderita. Pemberian terapi bekam yang mengeluarkan sebagian darah yang dianggap merupakan sisa-sisa metabolisme tubuh ataupun zat yang tidak diperlukan oleh tubuh akan membuat efek relaksasi pada serabut saraf otot yang dapat memberikan kenyamanan perasaan bagi pasien yang menjalani terapi bekam (Lindquist et al., 2018).

Dalam kasus yang lain yang juga memberikan intervensi berupa terapi bekam ditemukan bahwa terapi bekam dapat menurunkan tingkat stress pada penderita thalasemia dengan mengeluarkan kelebihan sisa zat besi melalui pengeluaran darah bekam (El-Shanshory et al., 2018).

Penelitian lainnya melaporkan efek terapi bekam yang sangat efektif membantu dalam menurunkan tingkat kecemasan dimana dijelaskan bahwa efek trauma buatan yang diberikan pada kulit dapat menstimulasi hormon β -endorphin (analgesik opioid endogen) dan hormon adrenokortikal ke dalam sirkulasi yang tidak hanya menghilangkan efek nyeri tetapi juga memiliki efek *anxiolytic* dalam menurunkan tingkat kecemasan (Benli & Sunay, 2018)

Respon Sosial

Kemanfaatan yang diberikan dalam mekanisme terapi bekam sangatlah banyak dan dapat secara langsung dirasakan oleh pasien yang menjalani terapi bekam baik yang mengalami keluhan, tanpa keluhan, menderita penyakit akut maupun kronik. Hal tersebut dirasakan sendiri oleh pada

umumnya yang menjalani terapi bekam dengan mengungkapkan rasa kenyamanan, dan rasa aman sehingga memberikan efek kepuasan pada pasien dan keluarga (Idwar et al., 2019).

Dukungan keluarga tidak hanya dirasakan bagi pasien yang menderita sebuah penyakit namun wanita yang sedang aktif menyusui pun mereka mendapat dukungan dari keluarga terkait efektifitas bekam kering dalam meningkatkan produksi ASI (Pinar, 2021)

Dimensi Lingkungan

Dalam beberapa studi kasus dan *pilot study* melaporkan bahwa terapi bekam dengan manfaat disetiap mekanisme kerjanya memberikan respon fisiologis dan psikologis bagi tubuh manusia, serta meningkatkan imunitas tubuh bagi mereka yang ingin menjaga kesehatannya dengan biaya yang cukup murah tanpa harus membeli atau menggunakan obat-obatan sehingga permintaan untuk melakukan terapi bekam sangatlah diminati baik dikalangan masyarakat pribumi maupun pendatang (Eşitti & Tülay Güzel, 2020).

Dalam penjelasan lain juga melaporkan bahwa terapi bekam yang telah banyak dijelaskan memberikan efek yang meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat sehingga kualitas hidup dapat menjadi lebih baik sehingga meningkatkan perilaku masyarakat untuk mau berbekam dengan mendapatkan sehat fisik dan psikologis tanpa harus mengeluarkan biaya yang mahal (Majeed et al., 2019)

SIMPULAN

Terapi bekam memiliki efektifitas dalam meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi yang terdapat dalam dimensi fisik pasien seperti nyeri yang berkurang/ hilang, mengurangi/ menghentikan konsumsi obat dan kualitas tidur meningkat, dimensi

psikologis pasien seperti perasaan senang, nyaman, stres dan cemas berkurang, dimensi sosial pasien seperti adanya dukungan keluarga dan dimensi lingkungan seperti keamanan dan pembiayaan yang lebih ekonomis.

Dari beberapa aspek hasil penelitian yang ditemukan, bahwa terapi bekam memberikan manfaat yang sangat dirasakan oleh partisipan hipertensi kronik yang telah menjalani terapi bekam sehingga terapi ini menjadi salah satu terapi alternative yang aman, ekonomis dan mudah di jangkau oleh kalangan masyarakat. Untuk dapat melihat pengaruh terapi bekam dengan terapi konvensional lainnya, penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menganalisis lebih mendalam efektifitas kedua terapi pada penderita hipertensi kronik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden yang telah berkenan dan berpartisipasi sebagai subjek dalam penelitian ini. Selain itu, peneliti juga mengucapkan banyak terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan pengabdian Masyarakat dan Penjaminan Mutu Pendidikan Universitas Sembilanbelas November Kolaka atas dukungannya selama penelitian ini dilaksanakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adel Galal, B. R. (2014). Islamic Wet Cupping and Risk Factors of Cardiovascular Diseases: Effects on Blood Pressure, Metabolic Profile and Serum Electrolytes in Healthy Young Adult Men. *Alternative & Integrative Medicine*, 03(01), 1–7. <https://doi.org/10.4172/2327-5162.1000151>
- Afiyanti, Y., & Rachmawati, I. N. (2014). *Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Riset Keperawatan*. Raja Grafindo

- Persada.
- Ah, Y., PK, R. F., Tristiana, R. D., & Ronal Surya Aditya. (2018). Riset Kualitatif Dalam Keperawatan. In *Mitra Wacana Media*. Mitra Wacana Media. http://www.academia.edu/35890136/RISET_KUALITATIF_DALAM_KEPERAWATAN
- Al-Mahrezi, A. A.-S. and A. (2020). *The Role of Cupping Therapy in Pain Management: A Literature Review* (Vol. 32). Department of Family Medicine and Public Health, College of Medicine and Health Sciences, Sultan Qaboos University. <https://doi.org/10.5772/intechopen.93851>
- Aleyeidi, N., & Aseri, K. (2014). Alternative & Integrative Medicine The Efficacy of Wet Cupping on Blood Pressure among Hypertension Patients in Jeddah , Saudi Arabia : A Randomized Controlled Trial Pilot Study. *Alterntive & Integrative Medicine*, 4(1), 1–4. <https://doi.org/10.4172/2327-5162.10001>
- Badriyah Hidayati, H., Hasan Machfoed, M., Santoso, B., & Utomo, B. (2019). Cupping As a Pain Alternative Therapy. *Tinjauan Pustaka Neurona*, 36(2), 148.
- Benli, A. R., & Sunay, D. (2018). The Effect of Wet Cupping Therapy on A Patient Diagnosed with Panic Disorder. *Asian Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, 1(1–2), 27–31. <https://doi.org/10.22040/AJTCAM.2018.87184>
- Darmawan, B., Fatmasari, D., & Pujiast, R. S. E. (2018). Negative Air Pressure on Wet Cupping in Decreasing Blood Pressures in Hypertensive Patients. *Nurse Media Journal of Nursing*, 7(2), 116. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v7i2.15177>
- 77
- El-Shanshory, M., Hablas, N. M., Shebl, Y., Fakhreldin, A. R., Attia, M., Almaramhy, H. H., Baghdadi, H., Ayat, M., Albeihany, A., El-Dardear, A., Ibrahim, H. A., Mahmoud, H. S., Nabo, M. M. H., & El Sayed, S. M. (2018). Al-hijamah (Wet cupping therapy of prophetic medicine) significantly and safely reduces iron overload and oxidative stress in thalassemic children: A novel pilot study. *Journal of Blood Medicine*, 9, 241–251. <https://doi.org/10.2147/JBM.S170523>
- Elizabeth, M. A., Yusof, Y. B., Bin Mohamad, M. S., Abu Bakar, M. F., & Ibrahim, M. A. (2019). Efficacy of Cupping in the Treatment of Hypertension Disease Using Graph Colouring. *Journal of Physics: Conference Series*, 1366(1). <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1366/1/012044>
- Eşitti, B. B., & Tülay Güzel. (2020). A Different Way of Increasing the Variety of Wellness and Health Tourism: Cupping Therapy (Hijama). *Turkish Studies International Balkan University*. <https://doi.org/dx.doi.org/10.7827>
- Ge, W., Leson, C., & Vukovic, C. (2017). Dry cupping for plantar fasciitis: A randomized controlled trial. *Journal of Physical Therapy Science*, 29(5), 859–862. <https://doi.org/10.1589/jpts.29.859>
- Hani, U., & Saleem, M. (2019). Review on cupping therapy (al-hijama): A miraculous alternative system of medicine, which is an unbeatable cure for all ailments. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry*, 8(2), 2406–2414. <http://www.phytojournal.com/archives/2019/vol8issue2/PartAM/8-1-215-975.pdf>
- Idwar, I., Magfirah, M., Keumalahayati, K.,

- Kasad, K., & Henniwati, H. (2019). Model control of cupping treatment therapy for patient satisfaction at the community health center in Langsa city, Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(19), 3298–3301. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.702>
- Kementrian Kesehatan RI. (2014). *InfoDatin Pusat Data dan Informasi Kesehatan Hipertensi*.
- Lindquist, R., Tracy, M. F., & Snyder, M. (2018). *Complementary and Alternative Therapies in Nursing*. Springer Publishing Company.
- Lu, S., Du, S., Fish, A., Tang, C., Lou, Q., & Zhang, X. (2019). Wet cupping for hypertension: a systematic review and meta-analysis. *Clinical and Experimental Hypertension*, 41(5), 474–480. <https://doi.org/10.1080/10641963.2018.1510939>
- Majeed, S., Majeed, M., & Ajike, M. A. (2019). Dry cupping therapy and the wellness management of health travelers Modernization of Traditional Medicine. *Traditional Medicine Research*, 4(1), 12–24. <https://doi.org/10.12032/TMR201915095>
- Mukhlis, H., Sefa, N., Hermawan, A., Purwono, J., & Wahyudi, D. A. (2020). CUPPING THERAPY FOR HYPERTENSIVE PATIENTS: A QUASI-EXPERIMENTAL RESEARCH. 7(14), 1437–1443.
- Pinar, G. (2021). Effectiveness of Dry Cupping Therapy Combined with Breast and Oxytocin Massage on Early Lactation: A Case Report. *EC Nursing and Healthcare*, January.
- Raco, J. (2010). *Metode penelitian kualitatif: jenis, karakteristik dan keunggulannya*. Kompas Geramedia. <https://doi.org/10.31219/osf.io/mfzuj>
- Rahman, H. S., Ahmad, G. A., Mustapha, B., Al-Rawi, H. A., Hussein, R. H., Amin, K., Othman, H. H., & Abdullah, R. (2020). Wet cupping therapy ameliorates pain in patients with hyperlipidemia, hypertension, and diabetes: A controlled clinical study. *International Journal of Surgery Open*, 26, 10–15. <https://doi.org/10.1016/j.ijso.2020.07.003>
- RI, K. K. (2019). *Laporan Nasional RISKESDAS 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Sirotujani, F., & Kusbaryanto, K. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dan Peningkatan Kualitas Tidur Pada Pasien Low Back Pain (LBP). *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 146–157. <https://doi.org/10.33859/dksm.v10i1.453>
- Syahputra, A., Dewi, W. N., & Novayelinda, R. (2019). Studi Fenomenologi: Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Setelah Menjalani Terapi Bekam. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 19. <https://doi.org/10.31258/jni.9.1.19-32>
- Volpato, M. P., Breda, I. C. A., de Carvalho, R. C., de Castro Moura, C., Ferreira, L. L., Silva, M. L., & Silva, J. R. T. (2020). Single Cupping Therapy Session Improves Pain, Sleep, and Disability in Patients with Nonspecific Chronic Low Back Pain. *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 13(2), 48–52. <https://doi.org/10.1016/j.jams.2019.11.004>
- Xu, X. jie, & Wang, W. li. (2018). Efficacy observation on acupuncture plus moving cupping with compound white mustard

oil for lumbar myofascitis. *Journal of Acupuncture and Tuina Science*, 16(1), 43–47. <https://doi.org/10.1007/s11726-018-1022-6>

Yu, J. yu. (2019). Clinical observation of moving cupping on the back for patients with chronic fatigue syndrome-related sleep disorders. *Journal of Acupuncture and Tuina Science*, 17(4), 253–257. <https://doi.org/10.1007/s11726-019-1124-9>