

# PEMBERIAN TERAPI BEKAM SEBAGAI PENGobatan KOMPLEMENTER NON FARMAKOLOGIS PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT TIDAK MENULAR (PTM) DI POSBINDU KELURAHAN EKA MARGA WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIMPANG PERIUK KOTA LUBUKLINGGAU

Zuraidah, Nadi Aprilyadi, Bambang Soewito

Prodi Keperawatan Lubuklinggau, Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatra Selatan, Indonesia

Corresponding author : Zuraidah

E-mail : Azuardo14@gmail.com

Diterima 16 Oktober 2023, Direvisi 27 Oktober 2023, Disetujui 28 Oktober 2023

## ABSTRAK

Secara global penyebab kematian Penyakit Tidak Menular (PTM) cenderung menjadi penyebab kematian terbesar di dunia. Masalah PTM ini juga dijumpai di Kelurahan Eka Marga Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Periuk yaitu kasus hipertensi dan Diabetes Mellitus menjadi kasus tertinggi pada lansia. Penatalaksanaan PTM dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan non farmakologi salah satunya adalah dengan pemberian terapi Bekam. Tujuan dari pengabdian Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan lansia dalam mengontrol tekanan darah dengan memberikan Pendidikan Kesehatan diet hipertensi dan DM, dan melakukan terapi bekam untuk menurunkan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Simpang Periuk Kota Lubuklinggau pada 25-26 September tahun 2023. Pelaksanaan pengabdian ini diikuti oleh lansia yang menderita hipertensi sebanyak 20 orang, didahului dengan pemberian pendidikan Kesehatan tentang diet makanan untuk penyakit hipertensi dan Diabetes Mellitus, selanjutnya pemeriksaan Tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah terapi bekam. Kegiatan bekam dilakukan sebanyak dua kali dengan rentang waktu 2 minggu. Hasil yang didapatkan setelah pemberian penkes dan terapi bekam diketahui pengetahuan lansia naik menjadi kategori baik sebanyak 9 (45%) dan tekanan darah setelah terapi bekam terjadi penurunan sebanyak 15 (75%). Diharapkan kepada kader dapat meneruskan pelaksanaan bekam sebagai alternatif dalam mengontrol tekanan darah dan lansia selalu mengikuti pola hidup sehat dengan diet, kontrol Kesehatan di Posbindu sehingga kualitas hidup lansia dapat terpenuhi.

**Kata kunci:** bekam; komplementer; lansia; penyakit tidak menular

## ABSTRACT

Globally, Non-communicable Disease (NCD) causes of death tend to be the largest cause of death in the world. This NCD problem is also found in Eka Marga Village, Simpang Periuk Health Center Working Area, namely cases of hypertension and Diabetes Mellitus being the highest cases in the elderly. NCD management can be done pharmacologically and non-pharmacologically. One of the non-pharmacological treatments is cupping therapy. The purpose of this community service is to increase the knowledge of the elderly in controlling blood pressure by providing health education on hygiene diets and DM, and conducting cupping therapy to lower blood pressure in the elderly at the Simpang Periuk Health Center in Lubuklinggau City on September 25-26, 2023. The implementation of this community service was attended by the elderly suffering from hypertension as many as 20 people, preceded by the provision of health education about food diet for hypertension and Diabetes Mellitus, then blood pressure checks were carried out before and after cupping therapy. Cupping activities are carried out twice with a span of 2 weeks. The results obtained after the administration of health and cupping therapy are known that the knowledge of the elderly rose to a good category of 9 (45%) and blood pressure after cupping therapy decreased by 15 (75%). It is hoped that cadres can continue the implementation of cupping as an alternative in controlling blood pressure and the elderly always follow a healthy lifestyle with diet, health control at Posbindu so that the quality of life of the elderly can be fulfilled.

**Keywords:** cupping; complementary; elderly; non-communicable diseases

## PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) membunuh 41 juta orang setiap tahunnya, setara dengan 75% dari seluruh kematian secara global.

Setiap tahunnya, 17 juta orang meninggal karena PTM sebelum usia 70 tahun; 86% kematian dini terjadi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah. Dari

seluruh kematian akibat PTM, 77% terjadi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah. Penyakit kardiovaskuler merupakan penyebab kematian PTM terbanyak, atau 17,9 juta orang setiap tahunnya, diikuti oleh kanker (9,3 juta), penyakit pernafasan kronis (4,1 juta) dan diabetes (2,0 juta termasuk kematian akibat penyakit ginjal yang disebabkan oleh diabetes) (WHO, 2023).

Kasus diabetes dilaporkan mengalami peningkatan di berbagai negara berkembang. Menurut Organisasi Internasional Diabetes Federation pada tahun 2019, terdapat 463 juta penderita DM dan diperkirakan akan meningkat menjadi 578 juta pada tahun 2030. Kejadian DM di Indonesia menempati urutan ketujuh tertinggi di dunia yaitu 10,7 juta jiwa (Aprilyadi et al., 2023).

Pengobatan Penyakit tidak menular dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan non farmakologi salah satunya adalah dengan pemberian terapi Bekam. Terapi bekam merupakan metode pengobatan non farmakologis dengan prinsip membersihkan darah CPS (*causative pathological substanses*) yang meliputi sampah metabolisme, toksin, partikel penyebab nyeri, asam urat, glukosa yang berlebih, dan sel radang (Aji & Widodo, 2023).

Prinsip-prinsip terapi bekam hampir sama dengan akupunktur, pijat refleksi, dan akupressur, namun pada terapi bekam terdapat penghisapan darah. Penghisapan dan pengeluaran darah dari dalam tubuh mampu merangsang terlepasnya zat seperti morfin (endorphin), serotonin dan kortisol yang pada akhirnya dapat melebarkan pembuluh darah dan memperbaiki status fisiologis tubuh (Nuridah & Yodang, 2021). Terapi bekam basah efektif dalam menurunkan kadar gula darah karena selain merangsang titik-titik saraf yang ada di tubuh, terapi bekam basah juga menyebabkan pergerakan aliran darah (Al-Anshori & Fatimah, 2021).

Terapi bekam ini dapat dilakukan oleh tenaga keperawatan sesuai UU RI Nomor 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan Pasal 30 ayat J. Dalam menjalankan tugas sebagai pemberi asuhan keperawatan dibidang upaya kesehatan masyarakat perawat berwenang melakukan penatalaksanaan keperawatan komplementer dan alternatif. Tenaga Keperawatan yang dimaksud juga telah memperoleh pelatihan dan memperoleh sertifikat dari lembaga kursus dan Pelatihan.

Menurut (Wahyuni, 2022) Bekam merupakan cara pengobatan tradisional diselenggarakan bukan saja di Indonesia juga menyebar di seluruh dunia. Hasil penelitiannya menyatakan bahwa setelah bekam lansia

merasa segar dan lebih rileks. Nyeri sedang (skor 4) menjadi nyeri ringan (skor 1). Pada lansia yang mengalami peningkatan kadar asam urat, baiknya diberikan terapi bekam untuk menurunkannya, namun dalam artikel itu tidak dijelaskan metode bekam, durasi, frekuensi maupun lokasi dan titik bekam. Diperlukan upaya untuk menjaga kadar asam urat stabil, dan mencegah asam urat berlebih. Hal ini dikarenakan asam urat ada secara alami di dalam tubuh. Oleh karena itu diperlukan upaya pembatasan asupan, makanan yang meningkatkan asam urat dan upaya mengeluarkan asam urat yang berlebih melalui bekam (Aprilyadi & Zuraidah, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian (Al-Anshori & Fatimah, 2021) secara uji statistik ditemukan adanya perubahan pada tekanan darah yaitu terjadi penurunan dengan selisih nilai mean pada sistol (18,52) dan diastol (11,48). Uji statistik yang menggunakan uji Wilcoxon pada sistol dan diastol menunjukkan nilai ( $p=0,000$ ) yang berarti nilai  $p<0,05$  Simpulan. Hal ini juga di dukung oleh penelitian (Nuridah & Yodang, 2021) dimana Setelah dilakukan pembekaman basah selama tiga bulan berturut-turut, tekanan darah sistole dan diastole mengalami penurunan secara signifikan pada kelompok intervensi sebesar 0,000 ( $p< 0,05$ ) dan kelompok kontrol ( $p>0,05$ ) sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata tekanan darah pada ketiga interval waktu pengukuran pada kelompok intervensi.

Di Kelurahan Eka Marga kasus hipertensi dan Diabetes Mellitus jumlahnya cukup tinggi dan salah satu yaitu penderita Hipertensi ada 78 orang dan penderita Diabetes Mellitus ada 35 orang (Data PTM Pukesmas Simpang Periuik)

Tujuan dari program ini untuk melaksanakan terapi non farmakologis dalam menurunkan tekanan darah. Manfaat dari program ini untuk meningkatkan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi dan diabetes mellitus adalah dengan cara mengontrol tekanan darah dan gula darah dalam batas normal, sehingga tidak menyebabkan lansia sakit. Pengetahuan pencegahan dan pengobatan komplementer. Apabila terjadi kenaikan tekanan darah atau gula darah dapat diberikan Pengobatan farmakologi dan non farmakologi (bekam). Pemberian terapi bekam pada lansia tersebut sudah ada yang melakukannya tetapi tidak dilakukan oleh tenaga kesehatan.

Tingginya kasus Penyakit Tidak Menular (hipertensi dan Diabetes Mellitus. Kualitas hidup Lansia dapat ditingkatkan dengan cara tetap mengontrol tekanan darah dan gula darah serta pengobatan farmakologi dan non

farmakologi, Pengobatan non farmakologi ( bekam) dilakukan tenaga kesehatan yang kompeten. Lansia dengan Penyakit Tidak menular ( DM dan Hipertensi) dapat melakukan terapi bekam sebagai alternatif pengobatan, karena terapi bekam ini dapat memberikan rasa nyaman karena tekanan darah dan gula darah dapat terkontrol.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan menggunakan metode edukasi dan demonstrasi dari hal-hal yang sudah dilakukan oleh lansia. Hal ini dilakukan agar mendapatkan informasi sejauh mana yang diketahui oleh Kegiatan ini dilanjutkan dengan simulasi kemudian.

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 25 dan 26 September 2022, dengan jumlah 20 peserta yang merupakan warga kelurahan Eka Marga, Kota Lubuklinggau.

Sebelum dan sesudah dilaksanakan tindakan dilakukan wawancara untuk melihat pengetahuan dan keterampilan ibu dalam tatalaksana diare di rumah.

### 1. Tahap Persiapan

Persiapan dalam melakukan pengabdian masyarakat ini adalah menyesuaikan waktu dengan lansia untuk melakukan pertemuan yang dilakukan 2 tahap. Pada tanggal 25 dan 26 september 2022 berjudul Bekam sebagai terapi non farmakologi pada PTM

### 2. Tahap Pelaksanaan

Peserta yang hadir sesuai dengan waktu yang sudah disepakati di Posbindu Lansia Kelurahan Eka Marga, kemudian diawali dengan *pre test*, dilanjutkan dengan diklat dan demonstrasi. Kegiatan diakhiri dengan *post test* dan melihat keterampilan yang sudah didapat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Analisa Deskripsi Responden

Tujuan analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran umum responden. Hasil analisis deskriptif responden tersaji pada table 1 merupakan distribusi pengetahuan lansia.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi berdasarkan Pengetahuan pre dan post pelatihan di Puskesmas Simpang Peruk tahun 2023

| No | Nilai  | Pengetahuan |     |         |     |
|----|--------|-------------|-----|---------|-----|
|    |        | Sebelum     |     | Sesudah |     |
|    |        | n           | %   | n       | %   |
| 1  | Kurang | 16          | 80  | 3       | 15  |
| 2  | Cukup  | 2           | 10  | 8       | 40  |
| 3  | Baik   | 2           | 10  | 9       | 45  |
|    | Total  | 20          | 100 | 20      | 100 |

Nilai pengetahuan sebelum penkes yaitu 2 lansia (10%) memiliki pengetahuan baik, lansia yang memiliki pengetahuan cukup ada 2 orang (10%) dan pengetahuan kurang ada 16 orang (80%). Nilai pengetahuan setelah penkes yaitu 3 orang (15%) memiliki pengetahuan kurang, 8 orang (40 %) memiliki pengetahuan cukup dan 9 orang (45 %) memiliki pengetahuan baik

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi berdasarkan penurunan tekanan darah lansia di Puskesmas Simpang Peruk tahun 2023

| No | Tekanan Darah | n  | %   |
|----|---------------|----|-----|
| 1  | Menetap       | 5  | 25  |
| 2  | Turun         | 15 | 75  |
|    | Total         | 20 | 100 |

Tabel 2 menunjukkan bahwa Tekanan darah yang dilakukan sebelum dan sesudah pelaksanaan bekam diketahui ada 15 lansia (75%) tekanan darahnya turun setelah pemberian bekam dan diketahui sebanyak 5(25%) tekanan darahnya menetap.

## Pembahasan

Dalam kaitannya dengan hipertensi, kadar lemak dan kolesterol jahat (LDL) yang mengendap di dinding pembuluh darah. Dengan cara ini diharapkan sumbatan di bagian tubuh tersebut bisa berkurang dan tekanan darah kembali normal (Al-Anshori & Fatimah, 2021; Fadli & Fatmawati, 2021; Wahyuni, 2022).

Pendidikan Kesehatan adalah proses pemberdayaan individu dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan mengendalikan determinan Kesehatan sehingga dipandang sebagai salah satu kunci utama dari beberapa kebijakan dan strategi yang digunakan untuk mencegah terjadinya penyakit (Wijaya & Rosita, 2023).

Terapi bekam memiliki sifat sifat merangsang tubuh menghasilkan zat seperti serotonin, sitokin, bradikinin, histamine, Oksida Nitrat (NO) dan endorphin sehingga menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Bekam dapat dijadikan alternatif terapi nonfarmakologi pada pasien dengan hipertensi (Agustin et al., 2018).

Berdasarkan hasil temuan penelusuran literatur, mekanisme terapi bekam dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, dapat dinyatakan dalam beberapa teori. Salah satu teori menyatakan bahwa terapi bekam dengan menggunakan teknik cupping dengan menggunakan mangkuk vakum dan melakukan penusukan pada daerah cupping menyebabkan terjadinya reaksi inflamasi (peradangan) yang akan melepaskan mediator inflamasi seperti serotonin, histamin, bradikinin, dan slow reacting substance (SRS) yang akan memicu pelepasan endothelium- derived

relaxing factor (EDRF) atau nitric oxide (NO) dan pelepasan aldosteron yang memiliki efek dilatasi pembuluh kapiler dan menurunkan volume darah, sehingga menurunkan resistensi perifer yang pada akhirnya dapat menurunkan tekanan darah.

Penghisapan pada teknik bekam akan merangsang saraf-saraf kulit dan saraf pada cornu posterior medulla spinalis melalui saraf A delta dan C, serta traktus spino-talamikus ke arah talamus. Perangsangan ini akan menghasilkan endorfin yang merupakan peptida kecil yang dilepaskan ke hipotalamus yang akan berdampak memperbaiki suasana hati dan meningkatkan perasaan relaksasi (Siregar, 2020).



Gambar 1. Pelaksanaan Bekam pada lansia di Puskesmas Simpang Periuk tahun 2023



Gambar 2. Pelaksanaan Bekam di Puskesmas Simpang Periuk tahun 2023

Menurut (Notoadmodjo, 2012) merupakan hasil dari "tahu" dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra

penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga merupakan sebuah upaya untuk pemberdayaan masyarakat dalam menyebarkan informasi kesehatan yang biasa disebut kader. Strategi promosi kesehatan untuk mengatasi persoalan yang terkait dengan kesehatan yaitu pemberdayaan atau empowerment, dengan masyarakat sebagai sasaran utama kegiatan promosi kesehatan (Yanto et al., 2022)

### SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabmas telah dilaksanakan di Posbindu kelurahan Eka Marga berjalan dengan lancar. Program ini untuk melaksanakan terapi non farmakologis dalam menurunkan tekanan darah. Hasil dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan dan informasi terkait materi yang dapat dilihat dari perbandingan hasil pre-post test. Tekanan darah lansia setelah bekam menurun dan lansia merasa nyaman.

### DAFTAR RUJUKAN

- Agustin, S., Farhandika, P., & Atmaja, B. P. (2018). Jurnal Implementasi Husada. *Jurnal Implementa Husada*, 2.
- Aji, A. S., & Widodo, A. (2023). Perilaku Pencarian Pengobatan Terhadap Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(1), 641–649.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jotینگ.v5i1.5606> PERILAKU
- Al-Anshori, F., & Fatimah, S. (2021). Pengaruh Therapi Cupping (Bekam) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi (Hypertensi) Di Klinik Pratama Intermedica Kota Bekasi Jawa Barat. *Jurnal Afiat: Kesehatan Dan Anak*, 6(1), 91–97.
- Aprilyadi, N., & Zuraidah. (2022). HIPERTENSI DI PUSKESMAS SIMPANG PERIUK KOTA LUBUKLINGGAU TAHUN 2020 Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul " Efek tivas Terapi Bekam dan Bekam Plus Murrotal Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita H. *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)*, 2(1 (Mei)), 96–101.
- Aprilyadi, N., Zuraidah, Z., & Ridawati, I. D. (2023). Penurunan Kadar Gula Darah Melalui Pelatihan Self Healing Reiki Pada

- Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(2), 947. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i2.14575>
- Fadli, F., & Fatmawati, F. (2021). Wet Cupping Therapy to The Arterial Baroreflex Sensitivity on Hypertensive Elderly. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), 102–108. <https://doi.org/10.15294/kemas.v17i1.24802>
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nuridah, & Yodang. (2021). Pengaruh Terapi Bekam terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Quasy Eksperimental. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1 (Februari)), 53–60. <https://doi.org/http://doi.org/10.22146/jkesvo.62909>
- Siregar, M. (2020). Efektivitas Terapi Bekam Dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Indonesia: Systematic Review. *Jurnal Implementa Husada*, 1(3), 240–247. <https://doi.org/10.30596/jih.v1i3.5672>
- Wahyuni, D. (2022). Terapi Bekam Pada Lansia. *Seminar Nasional Keperawatan "Lansia Sehat Dan Berdaya Di Masa Pandemi Covid 19,"* 12(1), 87–95.
- WHO. (2023). *Non Communicable Diseases*. WHO. [https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases?\\_x\\_tr\\_sl=en&\\_x\\_tr\\_tl=id&\\_x\\_tr\\_hl=id&\\_x\\_tr\\_pto=tc](https://www-who-int.translate.goog/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc)
- Wijaya, I. W. S., & Rosita, N. P. I. (2023). Pendidikan Kesehatan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Hipertensi Di Banjar Batan Duren, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan, Bali. *Jurnal Sinergi Kesehatan Indonesia*, 1(1), 9–16. <https://doi.org/10.55887/jski.v1i1.2>
- Yanto, A., Armiyati, Y., Hartiti, T., Ernawati, E., Aisah, S., & Nurhidayati, T. (2022). Pengelolaan kasus hipertensi pada lansia di pulau Karimunjawa menggunakan pendekatan terapi komplementer. *SALUTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 6. <https://doi.org/10.26714/sjpkm.v2i1.11166>