

Efektivitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Orang Dewasa Usia 26-45 Tahun di puskesmas Sedayu 1

Memet Riadi¹, Mahfud², Tri Paryati³

Memetpw95@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang : Bekam (Al-Hijamah) merupakan metode pengobatan dengan mengeluarkan darah rusak, yang melibatkan energy dan darah ke permukaan kulit menggunakan ruang hampa udara (vakum) yang tercipta di dalam mangkuk seperti gelas atau bambu yang di sunnahkan dan termasuk kedalam *Thibbun Nabawi*. Sekarang masyarakat banyak menggunakan metode ini sebagai pengobatan *Non Farmakologi* untuk menyembuhkan berbagai macam penyakit termasuk penyakit metabolik seperti Kolesterol.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol pada orang dewasa usia 26-45 tahun di Puskesmas Sedayu 1

Metode Penelitian : Jenis penelitian ini adalah penelitian pra eksperimen dengan rancangan penelitian *one group pre tes-post test* tanpa kelompok pembanding Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah pasien dewasa usia 26-46 tahun yang memeriksakan kadar kolesterol selama bulan desember tahun 2016 di Puskesmas Sedayu 1. Pengambilan sampel menggunakan tehnik *Non Random Sampling* dengan metode total sampel, jumlah sebanyak 30 orang. Analisa uji menggunakan uji *Paired sampel T-test*.

Hasil Penelitian : Hasil uji statistic Paired Sampel T-test didapatkan rata-rata penurunan kadar kolesterol dari pengukuran sebelumnya dan sesudah diberikan terapi bekam adalah 0,51 mg/dl dengan nilai P value sebesar 0,0001 ($P < 0,05$), maka hipotesis H_a diterima artinya terdapat efektivitas terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol sebelum dan sesudah perlakuan dalam satu hasil pengamatan.

Kesimpulan : Terapi bekam efektif terhadap penurunan kadar kolesterol pada penderita kolesterol (>240 mg/dl) dan memiliki kolesterol di Puskesmas Sedayu 1

Kata Kunci : Terapi Bekam, Penurunan Kadar Kolesterol, Usia Dewasa

¹Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

²Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

³Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bekam adalah sebuah metode penanganan penyakit yang melibatkan energy dan darah ke permukaan kulit menggunakan ruang hampa udara (vakum) yang tercipta di dalam mangkuk seperti gelas atau bambu. Ustadz Suhardi menjelaskan bekam merupakan metode pengobatan dengan penyedotan kulit di bagian-bagian tertentu untuk mengeluarkan racun dan oksidan dalam tubuh melalui torehan tipis yang mengenai pembuluh darah kapiler pada epidermis. Bekam adalah metode pengobatan dengan metode tabung atau gelas yang ditelungkupkan pada permukaan kulit agar menimbulkan bendungan lokal. Terjadi bendungan lokal disebabkan tekanan negatif dalam tabung yang sebelumnya benda-benda di bakar dan dimasukkan ke dalam tabung agar terjadi pengumpulan darah lokal. Kemudian darah yang telah terkumpul di keluarkan dari kulit dan dihisap (1).

Hadist-hadist yang menjelaskan tentang bekam diantaranya, Dari Abi Raja' dan Samurah r.a. berkata : bahwa Sesungguhnya Rasulullah bersabda : "Sebaik-baik pengobatan yang manusia lakukan adalah dengan Hijamah" (Mujam Kabir-At Thabrani). Jabir bin Abdullah meriwayatkan dalam sebuah hadist, "saya mendengar Rasulullah bersabda,'jiak ada penyembuhan dalam obat-obatan anda, maka itu ada dalam bekam, seteguk madu atau di bakar dengan api (*kauterisasi*) yang sesuai penyakitnya, tapi saya tidak suka (terbakar) di bakar dengan api" (2).

Data terakhir Ikatan Terapi Bekam Indonesia (ITBI) pada tahun 2014, terdapat 3342 anggota telah terdaftar sebagai terapi bekam dan semakin bertambah setiap tahunnya di Indonesia. Data klinik sehat (2014), terdapat 36 cabang klinik sehat dan rumah terapi sehat di seluruh Indonesia yang melakukan praktek terapi bekam. Pada tahun 2011 hanya terdapat 14 cabang. Kedua data tersebut menunjukkan bahwa permintaan masyarakat terhadap terapi bekam sebagai salah satu alternatif pengobatan di Indonesia semakin bertambah. Permintaan masyarakat ini menuntut terapi bekam untuk selalu mengutamakan alat dan bahan serta melakukan terapi tersebut berdasarkan Standar Operasional Prosedur (SOP) sterilisasi bekam yang di tetapkan (3).

Saat ini masalah kesehatan telah bergeser dari penyakit infeksi ke penyakit degeneratif. Penyebabnya diduga akibat perubahan gaya hidup, pola makan, faktor lingkungan, kurangnya aktivitas fisik dan faktor stres. Gaya hidup kurang aktivitas, terlalu banyak mengonsumsi makanan mengandung lemak dan kolesterol serta kurangnya asupan serat dapat memicu penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif yang cukup banyak mempengaruhi angka kesakitan dan kematian adalah penyakit kardiovaskular.

Masalah kesehatan yang sering dikhawatirkan masyarakat modern saat ini adalah kadar kolesterol darah yang terlalu tinggi atau dikenal hiperkolesterolemia. Hiperkolesterol adalah suatu penyakit kelainan lemak yang ditandai dengan peningkatan kadar kolesterol dalam darah yaitu meningkatnya kadar *low densisty lipoprotein (LDL)* dan menurunnya kadar *high ddesity lipoprotein (HDL)* dalam darah

Kematian di usia muda tercatat sebanyak 4,4 juta kematian akibat hiperkolesterol atau sebesar 7,9% dari jumlah total kematian di usia muda, hiperkolesterol ialah keadaan dimana kadar kolesterol dalam tubuh melebihi keadaan normal (4). *World Health Organization* (WHO) tahun 2008 mengatakan angka kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah sebesar 30%. Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah penyakit jantung dan pembuluh darah merupakan kasus tertinggi yaitu sebesar 880.193 (62,43%) dari total 1.409.857 kasus penyakit tidak menular. Kejadian penyakit jantung dan pembuluh darah dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya disebabkan oleh hiperkolesterolemia, yaitu kondisi dimana kadar kolesterol dalam darah meningkat di atas batas normal.

Penduduk Asia gagal menurunkan kadar kolesterol jahat sesuai target yang disarankan dalam panduan pengobatan. Di Indonesia kegagalan ini bahkan mencapai 70% jumlah yang sangat besar. Tidak mengherankan jika penyakit-penyakit seperti jantung koroner dan stroke masih menjadi salah satu faktor terbesar terjadinya kematian di Indonesia (24).

Hiperkolesterol dapat meningkatkan risiko terkena *aterosklerosis*, penyakit jantung koroner, pankreatitis (peradangan pada organ pankreas), diabetes melitus, gangguan tiroid, penyakit hepar & penyakit ginjal (Indratni, 2009). Faktor penyebab hiperkolesterol diantaranya, faktor keturunan, konsumsi makanan tinggi lemak, kurang olahraga dan kebiasaan merokok (5).

Pada penderita hiperkolesterolemia umumnya dijumpai pada usia dewasa. Pada laki-laki kolesterol meningkat dari umur 35 sampai umur 50

tahun. Sebuah penelitian di Thailand pada tahun 2006 menunjukkan bahwa penderita hiperkolesterolemia pada pria didominasi pada usia 30-39 tahun sebesar 22,8%, 40-49 tahun sebesar 25,6%, dan 50-59 tahun sebesar 20,9%.

Kadar kolesterol total dapat dipengaruhi oleh asupan zat gizi, yaitu dari makanan yang merupakan sumber lemak. Peningkatan konsumsi lemak sebanyak 100 mg/hari dapat meningkatkan kolesterol total sebanyak 2-3mg/dl. Keadaan ini dapat berpengaruh pada proses biosintesis kolesterol. Sintesis kolesterol dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya penurunan aktivitas HMG KoA reduktase yang dapat menurunkan sintesis kolesterol. Untuk menurunkan sintesis kolesterol yaitu dengan mengkonsumsi serat serta vitamin yang tinggi sehingga kadarkolesterol dalam darah menurun. Penanganan diperlukan untuk mengendalikan kadar kolesterol darah sebagai upaya mencegah terjadinya dampak lebih lanjut dari hiperkolesterol. *Therapeutic Lifestyle Changes (TLC)* mencakup penurunan asupan lemak jenuh dan kolesterol, pemilihan bahan makanan yang dapat menurunkan kadar *low density lipoprotein (LDL)*, penurunan berat badan, dan peningkatan aktivitas fisik yang teratur. Perubahan gaya hidup sangat dipengaruhi oleh motivasi diri dan lingkungan yang memerlukan konseling gizi yang baik dan berkelanjutan.

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Sedayu 1 pada tanggal 20 Januari 2017 dengan cara wawancara dengan kepala Tata Usaha Puskesmas Sedayu 1 didapatkan data tertulis bahwa di puskesmas Kolesterol merupakan penyakit yang menduduki urutan ke dua setelah *Nasofaringitis* akut (*common*

cold) penyakit rawat jalan dan rawat inap dengan jumlah kunjungan kasus per bulan sebanyak 75 kasus kolesterol, sehingga penulis tertarik mengambil judul “Efektivitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar (Kolesterol) pada Orang dewasa usia 26-45 tahun di Puskesmas Sedayu 1.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian adalah “Apakah ada efektivitas terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol pada orang dewasa usia 26-46 Tahun Di Puskesmas Sedayu 1 Bantul Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui efektivitas terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol pada orang dewasa usia 26-45 tahun, di Puskesmas Sedayu 1 Bantul Yogyakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui perbedaan rata-rata kadar kolesterol sebelum diberikan terapi bekam pada orang dewasa usia 26-46 tahun.
- b. Mengetahui perbedaan rata-rata kadar kolesterol sesudah diberikan terapi bekam pada orang dewasa usia 26-46 tahun.
- c. Mengetahui perbandingan efektivitas terapi bekam dalam menurunkan kadar kolesterol pada orang dewasa usia 26-45 tahun.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan sumber pengetahuan bagi para pembaca khususnya perawat mengenai terapi bekam
- b. Memberikan masukan ilmu pengetahuan dan teknologi mengenai manfaat terapi bekam yang merupakan salah satu dari *Thibbhun Nabawi* bagi penulis maupun masyarakat wilayah Desa Sedayu.
- c. Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan sumber pengetahuan bagi Program studi ilmu keperawatan dan menjadikan terapi bekam sebagai terapi komplementer yang diakui UU keperawatan.

2. Manfaat praktisi

- a. Bagi responden
Menambah pengetahuan responden tentang pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol.
- b. Bagi penulis
Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambahkan bahan telaah lebih lanjut dan juga dapat menjadi sebuah pengalaman penelitian mengenai pengobatan terapi alternatif.
- c. Bagi peneliti selanjutnya
Memberikan wawasan dan masukkan ilmu pengetahuan terhadap peneliti sebagai acuan atau referensi pada penelitian dengan tema yang sama.

E. Keaslian penelitian

Beberapa penelitian yang telah dilakukan mengenai terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol pada dewasa usia 26-46 tahun antara lain :

1. Menurut penelitian Noor Akbar (2013) tentang pengaruh bekam basah terhadap kolesterol darah pada pasien hipertensi di Semarang. Jenis penelitian yang digunakan adalah *observasional klinik dengan pre and post test design*. Subjek penelitian ini berjumlah 30 orang dengan teknik kuota sampling, pemberian bekam dilakukan sebanyak 2 kali pada saat memenuhi kriteria inklusi dan pada minggu ke 2 setelah bekam pertama. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kadar kolesterol normalitas data diuji dengan Shapiro wilks. Kemudian uji hipotesis pre dan pasca bekam menggunakan uji beda *paired t-test*, hasil penelitian didapatkan penurunan kadar kolesterol darah sangat signifikan $p= 0,000$ ($p<0,05$).

Perbedaan penelitian yang dilakukan peneliti dengan penelitian ini adalah terletak pada variabel lokasi waktu dan rancangan penelitian. Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel independen yaitu terapi bekam basah sedangkan variabel dependen yaitu kadar kolesterol darah.

2. Menurut penelitian Agis Taufik (2010) tentang pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar asam urat dalam darah pada pasien hipertensi di klinik An-Nahl Purwokerto. Penelitian pre eksperimental dengan *one group pre test and post test without control group design*. Metode pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Analisa statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah analisa statistik *paired T-test*,

didapatkan rata-rata kadar asam urat sebelum dan sesudah terapi bekam berturut-turut 4,91 dan 4,33. Berdasarkan uji T perbedaan kadar asam urat dalam darah sebelum dan sesudah terapi bekam didapatkan nilai $t=2,46$ ($p=0,02$), nilai p lebih kecil daripada ($\alpha= 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada perbedaan kadar asam urat dalam darah sebelum dan sesudah terapi bekam secara bermakna.

3. Dalam jurnal penelitian oleh Zhang SI, Liu JP dan He KQ (2010) tentang pengobatan arthritis gout akut dengan terapi bekam pelepasan darah (basah) ditambah dengan obat herbal. Jumlah obyek sebanyak 34 kasus gout arthritis akut yang diobati oleh bekam basah dan obat herbal, didapatkan hasil: 21 kasus sembuh dan 13 kasus menunjukkan peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa efek terapi untuk arthritis gout memuaskan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Umar, Waadda A.2013. *Sembuh dengan satu titik*. Solo : Al-Qowam
2. Gray, jerry D. 2010 *Rasulullah Is My Doctor*. Jakarta : sinergi Publising
3. Asosiasi Bekam Indonesia (ABI), Panduan pengajaran Bekam. Jakarta : Tim Diklat ABI Pusat, 2012.
4. Oetero, S. 2007. Lemak Jahat (LDL)vs Lemak Baik (HDL).[Online]. Tersedia : <http://medicastore.com/kolesterol/contributor.php>. [23 September 2010]
5. Setiati, E. 2009. Bahaya Kolestrol, Mengenal, Mencegah dan Menanggulangi Kolesterol
6. AR S. Penyakit Dan Terapi Bekamnya Dasar-Dasar Ilmiah Terapi Bekam Surakarta : Thibia; 2012.
7. Salamah U. Imunisasi dampak, Konspirasi dan Solusi Sehat ala Rasulullah SAW Tangerang : Nabawiyah Press; 2009.
8. Widada W. Perkembangan Terapi Bekam Dalam Dunia Medis dan Riset : Pengaruh Bekam Pada Sindrom Metabolik. 2016 Yogyakarta 29 Oktober.
9. Santoso O. Pelatihan Bekam atau Hijamah Jakarta : Yayasan Amal Media Suara Islam; 2012.
10. Dr. Umar. Sembuh Dengan Satu Titik Solo : Al Qowa; 2008.
11. Sugiyo. Pengobatan Dengan Terapi Bekam Solo : Al Qowan; 2011
12. Ridho AA. Bekam Sinergi : Rahasia Sinerrgi Pengobatan Nabi, Medis Modern, dan Traditional Chinese Medicine Solo : Aqwamedika; 2012.
13. Murray, Robert K,dkk. 2009. Biokimia Harper.Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
14. Almtsier, S. (2009). Prinsip Dasar Ilmu Gizi Jakarta : Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.

15. Sherwood L.2007. Human Physiology From Cells to Systems. 7th edition. Canada :
BROOKS/ COLE CENGAGE learning.p.229,231
16. Graham KC. 2010.100 Question & Answers Kolesterol. PT Elex Komutindo, Kelompok
Gramedia, Jakarta.
17. Tinadjaja, D., 2006 Bebas Kolesterol dan Demam Berdarah dengan Angka, Penerbar
Swadaya, Jakarta, 8-22, 30-54, 63-87.13
18. Sakyowati Oky Dian. 2008. Bahaya Rokok Arya Rupa, Depok.
19. Soeharto I. 2004. Penyakit Jantung Koroner dan Serangan Jantung. PT Gramedia Pustaka
Utama, Jakarta
20. <http://mediskus.com/penyakit/akibat-kolesterol-tinggi>
21. Machfoedz I. Metodologi Penelitian Kuantitatif Yogyakarta : Fitramaya ; 2016.
22. Sugiono. Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods) Bandung : Alfabeta; 2013.
23. Widada W. Perkembangan Terapi Bekam Dalam Dunia Medis dan Riset : Pengaruh
Bekam Pada Sindrom Metabolik. 2016 Yogyakarta 29 Oktober.
24. S N. Metodologi Penelitian Kesehatan Jakarta : Rineka Cipta;2010.
25. RI DK. <http://www.depkes.go.id/>. [Online].;2009 [cited 2017 Januari 20 Jum'at.
Availablefrom:<http://www.depkes.go.id/resources/download/laporan/kinerja/kinerja-kemenkes-2009-2011.pdf>