

TERAPI BEKAM KERING SEBAGAI UPAYA PENURUNAN KADAR KOLESTEROL PASIEN HIPERKOLESTEROLEMIA DI PANTI GRIYA LANSIA JANNATI KOTA GORONTALO

Application of Dry Cupping Therapy to Reduce Cholesterol Levels in Hypercholesterolemia Patients at Griya Lansia Jannati Gorontalo

Akifa Syahrir¹, Melisa Ntoi¹, Yusrin Aswad¹, Ratnawati Ratnawati¹, Jumari Jumari¹

¹ Program Studi DIII Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia

ABSTRAK

Kolesterol adalah sterol yang paling terkenal. Tubuh memproduksi dua jenis kolesterol, yaitu kolesterol baik atau *High-Density Lipoprotein* (HDL) dan kolesterol jahat atau *Low Density Lipoprotein*. Kedua jenis kolesterol tersebut dibutuhkan oleh tubuh, namun hiperkolesterolemia terjadi ketika terlalu banyak kolesterol dalam darah. Banyak orang yang mengkonsumsi makanan tanpa mempertimbangkan senyawa apa yang ada didalam makanan salah satunya kadar kolesterol. Hiperkolesterolemia merupakan faktor resiko kematian di usia muda dan berperan penting dalam terjadinya aterosklerosis, yang merupakan suatu proses degeneratif dan faktor resiko penyakit kardiovaskuler. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan, mengetahui kadar sebelum dan sesudah, dan adanya efek pemberian terapi bekam kering terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia. Rancangan studi kasus ini disajikan secara deskriptif bertujuan menggambarkan bagaimana penerapan terapi bekam kering terhadap penurunan kadar kolesterol pada tiga orang pasien yang mengalami Hiperkolesterolemia. Pada pemberian Intervensi terapi bekam kering yang dilakukan selama tujuh hari diselingi masa interval tiga hari didapatkan hasil terapi bekam kering dapat menurunkan kadar kolesterol dengan hasil rata-rata sebelum intervensi 255 mg/dL dan setelah dilakukan tiga kali intervensi menjadi 199 mg/dL. Rata-rata ketiga responden mengalami penurunan kadar kolesterol yaitu dengan hasil 56 mg/dL. Dapat disimpulkan penerapan terapi bekam kering yang diberikan selama tujuh hari diselingi masa interval tiga hari dapat berpengaruh dalam penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia.

Kata Kunci: Hiperkolesterolemia; Kolesterol; Terapi Bekam

Article info

Received : November 15, 2023

Accepted : September 29, 2024

Published : October 31, 2024

Corresponding author

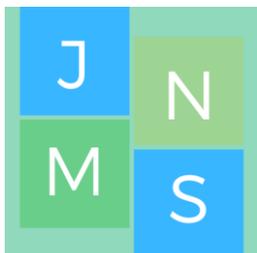
Melisa Ntoi

DIII Keperawatan, Poltekkes
Kemenkes Gorontalo,
Indonesia
melisantoi04@gmail.com

Website

<https://journal.binawan.ac.id/index.php/JNMS>

E-ISSN : 2829 - 4592



Kering

ABSTRACT

Cholesterol is the most well-known sterol. The body produces two types of cholesterol, namely good cholesterol or High-Density Lipoprotein (HDL) and bad cholesterol or Low-density Lipoprotein. Both types of cholesterol are needed by the body, but hypercholesterolemia occurs when there is too much cholesterol in the blood. Many people consume food without considering what compounds are in the food, one of which is cholesterol levels. Hypercholesterolemia is a risk factor for death at a young age and plays an important role in the occurrence of atherosclerosis, which is a degenerative process and a risk factor for cardiovascular disease. The objective from this study is to describe, determine the levels before and after, and the effect of dry cupping therapy on reducing cholesterol levels in hypercholesterolemia patients. This case study design is presented descriptively with the aim of describing how the application of dry cupping therapy reduced cholesterol levels in three patients who experienced hypercholesterolemia. Result found the dry cupping therapy intervention which was carried out for seven days interspersed with three days interval resulted in dry cupping therapy being able to reduce cholesterol levels with an average result before the intervention of 255 mg/dL and after three interventions it became 199 mg/dL. On average, the three respondents experienced a decrease in cholesterol levels, namely 56 mg/dL. It can be concluded the application of dry cupping therapy given for seven days interspersed with intervals of three days can have an effect on reducing cholesterol levels in hypercholesterolemia.

Keywords: *Cholesterol; Dry Cupping Therapy; Hypercholesterolemia*

PENDAHULUAN

Hiperkolesterolemia adalah gangguan kadar lipid darah (dislipidemia) dimana kadar kolesterol darah melebihi 240 mg/dL, dibandingkan kadar kolesterol normal 150-200 mg/dL (Syokumawena dan Pastari, 2021).

World Health Organization (WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hiperkolesterolemia di dunia sekitar 45%, di asia tenggara sekitar 30% (Global Health Observatory Data, 2019). Menurut data Riskesdas pada tahun (2018) prevalensi kadar kolesterol total di indonesia pada penduduk umur >15 tahun menurut karakteristik sebesar 7,6% dengan jumlah

34,820 penduduk. Peningkatan kadar kolesterol meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke. Secara global, sepertiga penyakit jantung iskemik disebabkan oleh kolesterol tinggi. secara keseluruhan, peningkatan kolesterol diperkirakan menyebabkan 2,6 juta kematian (4,5% dari total) dan 29,7 juta Disability Adjusted Life Year (DALYS), atau 2% dari total DALYS. Menurut data pengunjung Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) (2016), Gorontalo berada pada urutan ke-9 dengan presentase 52,1% dengan kolesterol tinggi. Adapun data yang didapatkan dari Panti Griya Lansia Jannati tentang jumlah penderita kolesterol berjumlah enam orang



dengan presentase 26,8% (Panti Griya Lansia Jannati, 2022).

Hiperkolesterolemia merupakan faktor resiko kematian di usia muda. Banyak orang yang mengkonsumsi makanan tanpa mempertimbangkan senyawa apa yang ada didalam makanan tersebut, salah satunya kadar kolesterol. Hiperkolesterolemia atau dislipidemia berperan penting dalam terjadinya aterosklerosis, yang merupakan suatu proses degeneratif dan faktor resiko penyakit kardiovaskuler, namun angka kolesterol tidak menjelaskan secara lengkap keadaan kolesterol seseorang (Pahrul, 2021).

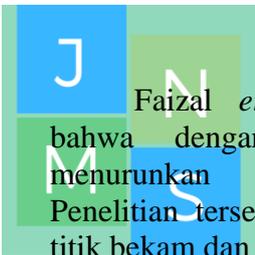
Penatalaksanaan kolesterol dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis yang biasa diberikan adalah statin seperti (atorvastatin, fluvastatin, lovastatin, pravastatin, rosuvastatin, simvastatin). Penurunan sintesis LDL dan peningkatan katabolisme LDL yang dimediasi melalui reseptor LDL adalah cara kerja efek penurun lipid. Efek samping dari penggunaan obat ini adalah gangguan saluran cerna, miopati, dan gangguan hati (Sukarni dan Priyono, 2018). Terapi non farmakologis meliputi perubahan gaya hidup termasuk aktivitas fisik, diet, penurunan berat badan dan penghentian merokok. Salah satu pengobatan non farmakologis kolesterol adalah terapi bekam (Ainurrafiq *et al.*, 2019).

Bekam atau hijamah merupakan cara penyembuhan penyakit yang telah dilakukan berabad-abad lalu dan telah didemonstrasikan oleh Rasulullah SAW dan diajarkan kepada para sahabatnya. *Dari Anas bin Malik RA, Rasulullah SAW bersabda: "Sesungguhnya cara pengobatan paling ideal yang kalian pergunakan adalah hijamah(bekam)." (Muttafaq 'alaihi, Shahih al-Bukhari dan Shahih Muslim).* Bekam dilakukan dengan cara mengeluarkan angin, selain itu juga dapat mengeluarkan darah yang terkontaminasi racun atau oksidan dari permukaan kulit yang biasa disebut dengan detoksifikasi. Sehingga

bekam efektif untuk berbagai penyakit lokal dan sistemik (Syokumawena *et al.*, 2022). Bekam pada titik meridian yang benar akan meningkatkan jumlah sel darah putih, limfosit dan sistem retikuloendotelial, melepaskan kortikotropin, kortisol, endorfin, enkephalin dan faktor humoral lainnya, dan pada saat yang sama memainkan efek anti-inflamasi dan mengurangi trigliserida lemak serum, fosfolipid, kolesterol total, dan terutama kolesterol LDL merangsang lipolisis jaringan adiposa dan menormalkan kadar glukosa darah (Pahrul, 2021).

Penelitian ilmiah menunjukkan bahwa bekam memiliki manfaat baik dari segi ekonomi maupun penyembuhan yang begitu penting, mudah dan sederhana, Manfaat terapi bekam dalam pengobatan hiperkolesterolemia belum banyak diteliti di Indonesia, khususnya masyarakat yang tinggal di pedesaan belum mengetahui manfaat salah satu pengobatan non farmakologis ini. Antisipasi permasalahan dari pengobatan farmakologis yang menyebabkan daya beli masyarakat menurun dan mempunyai harga yang cukup mahal, serta banyak masyarakat yang tidak bersedia datang ke fasilitas kesehatan perlu diberikan terobosan terbaru yaitu dengan terapi bekam. Untuk meminimalisir tingginya angka kejadian efek samping pada obat dan resiko terjadi penyakit kardiovaskuler akibat tingginya kadar kolesterol yang menumpuk di dalam tubuh.

Berdasarkan data yang diambil di Panti Griya Lansia Jannati Kota Gorontalo peneliti memperoleh data yang sesuai dengan rancangan penelitian ini. Penderita hiperkolestrol melakukan pemeriksaan kesehatan ke puskesmas ketika merasa timbul keluhan kesehatan. Peran perawat sebagai pemberi layanan asuhan keperawatan dengan pengobatan farmakologis diharapkan juga mampu mengobservasi intervensi dalam konteks non farmakologis yaitu dengan pemberian terapi bekam kepada masyarakat yang mempunyai masalah hiperkolesterolemia.


 Faizal *et al.*, (2020) menjelaskan bahwa dengan bekam kering dapat menurunkan kadar kolesterol darah. Penelitian tersebut menggunakan sembilan titik bekam dan 13 titik bekam. Sampel yang digunakan adalah 60 sampel. Penerapan bekam kering pasien hiperkolesterolemia rata-rata kadar kolesterol pada pengukuran pertama 241,08 dan pada pengukuran kedua setelah dilakukan bekam kadar kolesterol didapat rata-rata adalah 221,46. Hasil analisis disimpulkan terjadi perbedaan yang signifikan antara pengukuran pertama dengan pengukuran kedua (*p value* 0,053). Dengan demikian ada pengaruh terapi bekam kering untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah (Syokumawena *et al.*, 2022).

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi penerapan terapi bekam kering terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan rancangan studi kasus yang dilakukan secara deskriptif untuk menggambarkan bagaimana penerapan terapi bekam kering terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia. Terapi dilakukan selama tujuh hari diselingi masa interval selama tiga hari, dengan durasi 10 menit. Pada saat melakukan pengecekan kadar kolesterol sebelum dan sesudah intervensi dilakukan dalam rentang waktu 15-20 menit. Penulis telah melakukan uji etik dengan nomor DP.04.03/4.3/4109/2023 dan hasilnya akan dideskripsikan berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada klien penderita hiperkolesterolemia di Pantti Griya Lansia Jannati Kota Gorontalo. pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan April 2023.

Pengumpulan data yang digunakan meliputi wawancara, observasi, dan catatan individu. Peneliti melakukan screening terhadap subjek sesuai dengan kriteria yang

telah ditetapkan dengan berdasarkan hasil *screening* menggunakan cek kadar kolesterol. Pemberian tindakan terapi dilakukan selama 3 kali dalam periode waktu satu minggu dengan interval atau jarak pemberian bekam pertama dan kedua adalah 3 hari oleh terapis selama tujuh hari diselingi masa interval selama tiga hari, pada hari pertama sebelum pelaksanaan intervensi peneliti melakukan pengecekan kadar kolesterol kepada tiga orang subjek secara bergantian, kemudian setelah mendapatkan hasil kadar kolesterol tinggi pasien tersebut diberikan tindakan terapi bekam kering selama 10 menit, pasien yang sudah selesai diberikan terapi di istirahatkanselama 15-20 menit tanpa melakukan aktivitas, setelah itu terapis melanjutkan terapi pada subjek ke dua, setelah subjek kedua selesai dilanjutkan dengan subjek ketiga dengan tindakan terapi yang sama. peneliti melakukan pengecekan kadar kolesterol kembali setelah intervensi. Terapi kedua dan ketiga dilakukan kembali dengan selang waktu interval tiga hari dengan tindakan yang sama. Kemudian hasil data yang terkumpul dianalisis untuk melihat masalah keperawatan yang dialami klien serta meninjau keefektifan dari intervensi yang dilakukan untuk menyelesaikan masalah keperawatan yang dialami oleh klien.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Karakteristik Umur, Jenis Kelamin, dan Pendidikan terakhir di Pantti Griya Lansia Jannati Kota Gorontalo

Subjek berjumlah tiga orang yang mengalami hiperkolesterolemia, dimana didapatkan bahwa dari ketiga responden berjenis kelamin laki-laki. responden berumur 60-66 tahun dan dua orang responden berpendidikan terakhir SD dan satu responden SMP. Secara lengkap karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Hasil Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Pelaksanaan Intervensi Penerapan Terapi Bekam Kering pada Hari Pertama, Kedua, dan Ketiga

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hasil penelitian yaitu kadar kolesterol yang terendah setelah dilakukan intervensi selama tiga kali yaitu Tn. J.M dengan hasil 189 mg/dL dan kadar kolesterol tertinggi setelah dilakukan intervensi selama tiga kali yaitu Tn. P dengan hasil 204 mg/dL.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa kadar kolesterol sebelum dan sesudah setelah diberikan intervensi selama tiga kali memberikan penurunan hasil yaitu Tn. P dengan hasil rata-rata 65 mg/dL, Tn. N.U dengan hasil 49 mg/dL, Tn. J.M dengan hasil 52 mg/dL. Hasil rata-rata ketiga responden setelah dilakukan tiga kali intervensi mengalami penurunan dengan hasil 56 mg/dL.

PEMBAHASAN

Sebelum Pemberian Intervensi Terapi Bekam Kering

Karakteristik yang dijadikan subjek studi kasus adalah tiga orang yang berada di panti griya lansia jannati Kota Gorontalo yang mengalami hiperkolesterolemia dengan jenis kelamin laki-laki dan memiliki umur 60 tahun keatas. sebelum pelaksanaan terapi bekam kering pada responden, pelaksana studi kasus melakukan pengecekan kadar kolesterol pada responden untuk mengetahui kadar kolesterol sebelum dan sesudah pelaksanaan terapi.

Responden dalam studi kasus ini adalah jenis kelamin laki-laki. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Sugiarti dan Lathifah, 2021) laki-laki memiliki kadar kolesterol lebih tinggi dibandingkan perempuan. laki-laki dengan kadar kolesterol tinggi memiliki resiko untuk terkena penyakit jantung dan pembuluh darah.

Gaya hidup terutama pola makan mengonsumsi makanan berlemak sangat berhubungan dengan perubahan kadar kolesterol atau lemak yang tinggi. Terdapat lemak jenuh yang berlebih yaitu LDL

merupakan jenis kolesterol yang berdampak buruk bagi tubuh jika kadarnya terlalu tinggi, dikarenakan LDL memiliki sifat aterogonik (mudah menempel pada dinding dalam pembuluh darah dan mengurangi pembentukan reseptor LDL).

Setelah Pemberian Intervensi Terapi Bekam Kering

Setelah pemberian intervensi terapi bekam kering, terapi ini mempunyai peran dalam membantu dan mengurangi kadar kolesterol tinggi di dalam tubuh pada setiap responden. Terjadinya perbedaan penurunan kadar kolesterol dari setiap responden disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya dipengaruhi oleh kondisi serta respon yang dirasakan setiap responden pada saat dilakukan terapi bekam kering. Saat di observasi responden yang terjadi penurunan kadar kolesterol lebih banyak, yaitu responden yang menjalankan prosedur kerja dan anjuran yang diberikan seperti tetap menjaga pola makan yang teratur dan sering melakukan aktivitas ringan setiap hari.

Setelah terjadi penurunan kadar kolesterol yang signifikan dari pemberian terapi bekam kering yang dilakukan selama tujuh hari diselingi masa interval tiga hari didapatkan hasil jika intervensi terapi bekam kering dapat menurunkan kadar kolesterol yang signifikan pada setiap responden, karena terapi ini bertujuan memberikan efek utama melalui jalur sistem regulasi koagulasi-antikoagulasi dengan peningkatan aliran darah dan peningkatan oksigenasi organ. Teknik bekam kering menyebabkan pembuluh darah perifer akan berdilatasi (Isnaniar *et al.*, 2020).

Pada terapi bekam kering sebelum dilakukan pengekapan pada area/titik bekam kulit yang hendak dibekam dilakukan pijatan atau relaksasi dengan tujuan area titik bekam tidak tegang. Kemudian di kop, dalam proses pengekapan ini terjadi pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi). Beberapa mekanisme yang menjadi patofisiologi kerja pada saat kop berlangsung, yaitu kulit dan jaringan akan di buat hampa udara (hipoksia) gunanya

untuk mengaktifkan impuls bioelektrik pada titik-titik bekam agar syaraf di permukaan kulit menghantarkan rangsangan ke Cornu Posterior Medulla Spinalis kearah thalamus yang akan mengeluarkan endorphan. Thalamus meneruskan rangsangannya ke ginjal, sehingga ginjal mengeluarkan hormone eritropoetin (EPO), lalu ginjal meneruskannya ke sumsum tulang untuk segera memproduksi sel-sel darah baru.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Hidayat, 2018) yang mendapatkan bahwa terapi bekam kering dapat menurunkan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia pada umur 45 tahun keatas. Kemudian (Muflih & Judha (2019) juga menjelaskan bahwa variasi penurunan kadar kolesterol pada terapi bekam dapat ditentukan dari jumlah kop, durasi, dan lokasi titik bekam. Jadi dapat dianalisis bahwa penerapan terapi bekam kering menunjukan terdapat penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

Hal ini didukung juga oleh penelitian Zuhroiyyah (2017) bahwa pengobatan atau pencegahan hiperkolesterolemia yang utama yaitu melakukan aktivitas fisik dan menjaga pola makan, dan sebagaimana diuraikan sebelumnya bahwa hiperkolesterolemia dapat berpengaruh pada gaya hidup. Seorang perawat harus menerapkan proses keperawatan dalam mengatasi Hiperkolesterolemia dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis untuk mengatasi hiperkolesterolemia, dan salah satunya yaitu penerapan terapi bekam kering dapat membantu melancarkan peredaran darah atau membuat tubuh rileks.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa penerapan terapi bekam kering yang diberikan selama tujuh hari diselingi masa interval tiga hari dapat berpengaruh dalam penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia yang berada di Pantii Griya Lansia Jannati Kota Gorontalo.

Keterbatasan Studi Kasus

1. Peneliti tidak dapat melihat langsung aktivitas klien dan pola makan sehari-hari responden.
2. Klien tidak mampu mengontrol langsung pola makan sehari-hari selama penelitian berlangsung, sehingga memungkinkan nilai kolesterol akan fluktuatif.

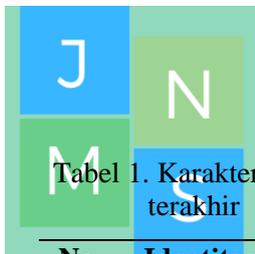
DAFTAR PUSTAKA

- Hidayat. (2018). *Terapi Komplementer Alternatif Bandung Nuansa Cendekia*.
- Isnaniar, Norlita, W., & Wiradinata, D. I. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Pasien Hiperkolesterolemia Di Thibbun Nabawi Centre RSIA Zainab Pekanbaru Tahun 2019. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 10(2), 1–12. <https://doi.org/10.37859/jp.v10i2.1869>
- Muflih & Judha. (2019). *Effectiveness of Blood Pressure Reduction Reviewed from Amount of Kop, Duration and Location of Point of Bekam Therapy*.
- Pahrul, D. (2021). Terapi Bekam Basah Terhadap Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia di Klinik Holistic Centre Asy-Syafii Palembang. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11(22), 15–19. <https://doi.org/10.52047/jkp.v11i22.108>
- Sugiarti dan Lathifah. (2021). *Pengaruh terapi bekam terhadap kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia*.
- Sukarni, & Priyono, D. (2018). Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia Diwilayah Kerja Upk Puskesmas Alianyang. *Hypercholesterolemia, Cupping Therapy, Lowering Cholesterol Level*, 2(3), 1–18.
- Syokumawena, S., & Pastari, M. (2021). Pengobatan Alternatif Bekam Kering terhadap Kadar Kolesterol Darah. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 11–19. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2109>
- Syokumawena, S., Sulistini, R., & ... (2022).



Pelaksanaan Terapi Bekam Kering
Pada Penderita Kolesterolemia.
Abdikemas ..., 4, 22–26.

Zuhroiyyah. (2017). *Pengobatan &
Pencegahan Hiperkolesterolemia.*



Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Karakteristik Umur, Jenis Kelamin, dan Pendidikan terakhir

No	Identitas Pasien	Umur	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir
1	Tn. P	66	Laki-Laki	SD
2	Tn. N.U	60	Laki-Laki	SMP
3	Tn. J.M	60	Laki-Laki	SD

Tabel 2. Distribusi Penurunan Kadar Kolesterol Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Bekam Kering

Responden	Kadar Kolestrol		Penurunan Kadar Kolestrol
	Sebelum	Sesudah	
Tn. P	269	204	65 mg/dl
Tn. N.U	255	206	49 mg/dL
Tn. J.M	241	189	52 mg/dL
Rata-rata	255	199	56 mg/dl

Tabel 3. Distribusi Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Intervensi Terapi Bekam Kering menggunakan Alat Easy Touch

No	Inisial Responden	Bekam Pertama (06 April)		Selisih	Bekam Kedua (09 April)		Selisih	Bekam Ketiga (12 April)		Selisih
		Pre	Post		Pre	Post		Pre	Post	
		1	Tn. P	269	265	4	230	222	8	217
2	Tn N.U	255	238	17	232	220	12	210	206	4
3	Tn. J.M	241	230	11	219	212	7	203	189	14