

Pelatihan Bekam Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat di Desa Piyaman

Muhammad Ali Hanafia¹⁾, Ahmad Dzul Fikar²⁾, Musta'in Musta'in³⁾

^{1,2,3)}Sekolah Tinggi Agama Islam Ali bin Abi Thalib Surabaya

E-mail: ¹⁾muhammadalihanafia23@gmail.com, ²⁾dzulfikarahmad98@gmail.com, ³⁾mustain@stai-ali.ac.id

Info Artikel

Kata kunci :

Pelatihan Bekam
Kesehatan Masyarakat
Kuliah Kerja Nyata
Desa Piyaman

Penulis Koresponden :

Muhammad Ali Hanafia
E-mail : muhammadalihanafia23@gmail.com

ABSTRAK

Layanan kesehatan saat ini berkembang menuju layanan yang bersifat naturalis dan herbalis. Minat masyarakat terhadap layanan kesehatan yang berasal dari pengobatan timur semakin meningkat, termasuk di dalamnya adalah Bekam. Bagi perawat, bekam merupakan bagian dari keperawatan holistik yang telah masuk dalam standar intervensi keperawatan. Sasaran layanan bekam adalah para lansia yang mengeluh keluhan nonspesifik seiring dengan proses degeneratif pada usia lanjut. Suryanda (2025) melaporkan bahwa penerapan bekam dalam asuhan keperawatan pada klien hipertensi memberikan rasa nyaman dan mengurangi keluhan nyeri leher pada klien. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan memberikan pelayanan langsung kepada masyarakat (anggota Pondok Pesantren Asy Syifa Baturaja) yang membutuhkan layanan terapi bekam. Kegiatan berupa penyuluhan tentang penyakit pada lansia serta manfaat dan kontraindikasi bekam. Kegiatan dilaksanakan pada semester genap tahun anggaran 2019. Hasil terapi bekam cukup efektif pada pasien dengan tekanan darah tinggi.

PENDAHULUAN

Pelayanan kesehatan saat ini semakin berkembang ke arah pelayanan naturalis dan herbalis. Animo masyarakat terhadap pelayanan kesehatan yang berasal dari kedokteran timur semakin meningkat, termasuk diantaranya adalah Bekam. Dalam asuhan keperawatan bekam merupakan bagian dari keperawatan holistik yang telah masuk kedalam standar intervensi keperawatan. Sasaran pelayanan bekam adalah para lansia yang mengeluhkan keluhan keluhan non spesifik seiring dengan proses degenerasi pada masa lansia. (Bahar et al., 2016) menyatakan bekam (Al Hijamah) atau cupping adalah suatu proses mengeluarkan darah melalui permukaan kulit.

Pada zaman Rasulullah, beliau menggunakan kaca berupa cawan atau mangkuk tinggi sedangkan pada zaman China kuno mereka menyebut hijamah sebagai perawatan tanduk sebagai pengganti kaca. Bekam adalah metode yang digunakan dalam pengobatan dengan cara mengeluarkan darah kotor dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Hijamah adalah pengobatan

yang sudah dikenal sejak ribuan tahun sebelum masehi. Nama lainnya adalah bekam, canduk, canthuk, kop, mambakan (Kasmui, 2015).

Dengan demikian, bekam adalah ungkapan tentang mengisap darah atau mengeluarkannya dari permukaan kulit yang kemudian ditampung di dalam gelas mihjamah, yang menyebabkan pemusatan dan penarikan darah di sana, lalu dilakukan penyayatan permukaan kulit dengan pisau bedah guna mengeluarkan darah.

Syaikhu dalam Aiman (2015), menjelaskan kajian ilmiah tentang komposisi darah bekam dan darah yang tersirkulasi, yaitu darah bekam hanya mengandung sepersepuluh leokosit yang tersirkulasi yang bermakna terapi bekam melindungi dan menguatkan sistem kekebalan tubuh. Sel darah merah pada darah bekam mempunyai bentuk yang aneh, yang diduga ini adalah eritrosit yang rusak. Kapasitas ikatan zat besi dalam darah bekam 550 1100, yang berarti proses bekam tidak menyebabkan zat besi dalam tubuh keluar bersama darah.

Di Indonesia bekam sudah sering dipakai untuk pengobatan namun bekam dikenal dengan banyak nama seperti canduk, canthuk, kop, cupping, mambakan dan lainnya. Bekam merupakan terjemahan dari hijamah, dari kata al-hajmu, yang berarti pekerjaan membekam. Al-hijmu berarti menghisap atau menyedot. Sehingga hijamah atau bekam diartikan sebagai peristiwa penghisapan darah dengan alat menyerupai tabung, serta mengeluarkan dari permukaan kulit dengan penyayatan yang kemudian ditampung di dalam gelas (Syihab, 2005).

Bekam Sinergi adalah sebuah metode penanganan penyakit yang melibatkan penarikan Qi (energi) dan Xue (darah) ke permukaan kulit menggunakan ruang hampa udara (vakumi) yang tercipta di dalam gelas atau kop dengan mempertimbangkan kekuatan 7 materi dasar dan 6 patogen eksternal yang harus dikeluarkan dari dalam tubuh. (Ridho, 2015).

METODE PENGABDIAN

Pelatihan bekam ini dilaksanakan di rumah ibu Sri Yuni desa Piyaman, kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunung Kidul, Jogjakarta. Peserta berjumlah 30 orang. Waktu pelaksanaan pelatihan bekam adalah 28 Februari 2025. Total waktu yang perlukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 3 hari dimulai dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Prosedur dan materi kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbentuk penyampaian materi dan praktik cara berbekam yang sesuai dengan standar operasional prosedur. Berikut rangkain kegiatan:

a) Didahului dengan penyampaian materi, ceramah yang diselingi dengan diskusi terkait cara bekam yang baik dan benar.

b) Kegiatan melibatkan peserta sebanyak 30 orang masyarakat desa Piyaman, kecamatan Wonosari, Kabupaten Gunung Kidul, Jogjakarta.

c) Metode kegiatan pelatihan yaitu penyampaian materi melalui ceramah dan diskusi, kemudian dilanjutkan dengan praktek secara langsung dengan menggunakan beberapa alat kesehatan dengan formasi 25% teori dan 75% praktek.

d) Kegiatan pelatihan dipandu oleh instruktur bekam yang sudah terampil, berpengalaman serta memiliki sertifikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap pertama pelaksanaan pengabdian ini dilakukan sesi ceramah tentang materi 1) Sejarah bekam, 2) Pengertian bekam, 3) Landasan hadits tentang bekam, 4) Jenis bekam, 5) Bekam dan sistem imun, 6) Prosedur Pembekaman, 7) penentuan titik-titik tubuh yang boleh dibekam dan tidak boleh dibekam, 8) Persiapan alat bekam, 8) Praktek bekam.

Sesi teori berlangsung sampai dengan pukul 20.30 WIB, kemudian para peserta diberikan kesempatan untuk istirahat. Sesi praktek dimulai pukul 20.40 WIB. Praktek langsung dibantu oleh mentor. Praktek berlangsung sampai dengan pukul 22.00 WIB, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab (diskusi). Kegiatan pelatihan praktek bekam meliputi ceramah dan tanya jawab tentang teori bekam yang berkaitan dengan sistem imun dan prosedurnya.

Pelatihan bekam ini terlaksana karena adanya permintaan secara langsung dari masyarakat lingkungan desa Piyaman, Wonosari. Masyarakat Piyaman sering berbekam ketika tubuh sedang kurang sehat. Sehingga mereka sangat penasaran bagaimana cara berbekam yang baik dan benar, serta kaitannya dengan kesehatan. Terapi bekam terbagi menjadi dua jenis, yaitu bekam basah dan bekam kering. Pembeda antara bekam basah dan bekam kering adalah ada tidaknya darah yang dikeluarkan (Damayanti et al., 2021). Bekam memang masih belum banyak yang memahami tapi banyak digemari oleh masyarakat. Metode penyembuhan penyakit ini bersifat seperti detoksifikasi racun. Di mana darah kotor akan dikeluarkan dengan cara disedot. Alat ini tentunya sudah sangat steril sehingga mampu secara maksimal menyembuhkan suatu penyakit pada tubuh.

Pada proses terapi pembekaman, stimulasi titik bekam menyebabkan hipoksia dan radang, sehingga dapat memperbaiki mikrosirkulasi dan fungsi sel dengan cepat. Lima belas hari setelah terapi bekam, terjadi peningkatan elastisitas spektrin yang dapat menstimulasi kerja sistem kekebalan tubuh: sel pembunuh alami (Natural Killer cells), sehingga daya tahan tubuh meningkat baik sebagai pencegahan maupun perlawanan terhadap penyakit (Irawan et al., 2020). Ada bukti

konvergen bahwa bekam dapat menyebabkan kenyamanan dan relaksasi pada tingkat sistemik dan mengakibatkan peningkatan produksi opioid endogen di otak sehingga menyebabkan peningkatan kontrol rasa sakit (Rozenfeld Evgeni et al., 2016).

Tindakan dengan perlukaan pada daerah bekam akan membuka kulit mengeluarkan cairan bersama zat-zat berbahaya dan mencegah absorpsinya di ujung kapiler vena. Tindakan dengan perlukaan pada daerah bekam ini mengakibatkan peningkatan pembersihan plasma darah dari material-material penyebab penyakit, seperti radikal bebas, kolesterol, dan zat-zat berbahaya lainnya (El Sayed et al., 2020). Setelah dilakukan tindakan dengan perlukaan, tekanan negatif kembali diulang menggunakan bekam pada daerah tersebut. Tekanan negatif yang kedua kalinya ini mengakibatkan seluruh cairan yang terkumpul (bersama zat-zat berbahaya) keluar, sehingga seluruh cairan yang terkumpul pada area bekam habis. Pada tindakan bekam kedua, terjadi gradien tekanan yang sangat besar di ujung kapiler arteriol dan venula yang menyebabkan filtrasi pada kedua ujung kapiler tersebut (El Sayed et al., 2020).

Hal ini menyebabkan terjadinya peningkatan pembersihan plasma darah, yang ditandai dengan timbulnya luka pada jaringan tersebut. Luka tersebut secara fisiologis akan membaik karena proses hemostasis tubuh. Hemostasis fisiologi ini ditandai dengan munculnya cairan interstisial melalui filtrasi pada arteriol kapiler kulit setelah pembersihan cairan yang berisi zat-zat berbahaya sebelumnya (El Sayed et al., 2020).

Dari perspektif kekebalan dan pertahanan tubuh, praktisi mulai memahami tindakan terapi bekam melalui regulasi imunoglobulin dan hemoglobin (Ke Zeng et al., 2016) dan berbagai efek imunologi. Bekam menurunkan kadar serum IgE dan IL-2 dan meningkatkan kadar C3 serum yang ditemukan abnormal pada sistem kekebalan tubuh (El-Domyati Moetaz et al., 2013). Bekam cenderung mempengaruhi sistem kekebalan melalui tiga jalur. Pertama, bekam mengiritasi sistem kekebalan tubuh dengan membuat peradangan lokal buatan. Kedua, bekam mengaktif sistem komplementer. Ketiga, bekam meningkatkan level produk kekebalan seperti interferon dan tumor necrotizing faktor. Efek bekam pada timus meningkatkan aliran getah bening di sistem limfatik (Shaban et al., 2009).

Secara keseluruhan, aktivasi sistem kekebalan oleh bekam mungkin menjelaskan berbagai efeknya termasuk terapi hasil pada pasien dengan penyakit autoimun. Teori ini menjelaskan efek bekam untuk memperkuat kekebalan yang menjadi subjek penelitian terbaru di seluruh dunia. Misalnya, Khalil dkk (2013) mengklaim bahwa bekam tampaknya berperan dalam aktivasi sistem komplemen serta modulasi bagian seluler dari sistem kekebalan tubuh dan mungkin memiliki peran

protektif dengan meningkatkan kekebalan, dan dengan demikian, melindungi tubuh dari penyakit (Khalil Ahmad Mohammad et al., 2013).

Peneliti lain mengatakan bahwa tujuan utama dari terapi bekam adalah untuk memperlancar peredaran darah dan membuang racun dan limbah dari tubuh (Yoo Simon S et al. 2004). Hal tersebut bisa dicapai melalui peningkatan mikrosirkulasi, mempercepat perbaikan sel, mempercepat granulasi dan angiogenesis di jaringan regional, sehingga membantu menormalkan fungsi keadaan pasien dan relaksasi otot progresif (Lauche et al., 2013 ; Cui et al., 2012). Bekam juga menghilangkan bahan berbahaya dari mikrosirkulasi kulit dan interstisial kompartemen (Goodwin, et al., 2011) yang menguntungkan pasien. Bekam mungkin merupakan metode efektif untuk mengurangi lipoprotein densitas rendah (LDL) pada pria dan akibatnya mungkin memiliki efek pencegahan terhadap aterosklerosis (Niasari et al., 2007). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa pembekaman dikulit akan menstimulasi kuat syaraf permukaan kulit yang akan dilanjutkan pada cornu posterior medulla spinalis melalui syaraf A-delta dan C, serta traktus spino thalamicus kearah thalamus yang akan menghasilkan endorphin. Sedangkan sebagian rangsangan lainnya akan diteruskan melalui serabut aferen simpatik menuju ke motor neuron dan menimbulkan reflek intubasi nyeri. Efek lainnya adalah dilatasi pembuluh darah kulit, dan peningkatan kerja jantung (Umar, 2008). Dalam penelitian Syaikhu (2001), menjelaskan tentang kandungan darah yang keluar ketika melakukan bekam. Darah bekam mengandung sedikit sel darah putih (leukosit), kebanyakan mengandung sel darah merah yang sudah tidak dibutuhkan lagi.

Hasil kegiatan pengabdian ini memiliki tingkat keberhasilan hampir 85% dilihat dari banyaknya peserta yang ikut serta dan banyaknya peserta yang antusias mengikuti praktik bekam, sampai ingin membeli alat bekam. Untuk tindak lanjut dari kegiatan ini adalah beberapa peserta yang sudah mempunyai alat bekam dan trampil dalam praktik diikuti sertakan dalam bakti sosial bekam gratis dibeberapa desa di Lombok.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 30 orang lansia laki-laki dengan karakteristik demografi: umur 55-70 tahun, Pendidikan 37% dibawah SLTA. 60% SLTA dan 3% Sarjana.

Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam proses pembekaman adalah bekam tidak dianjurkan terhadap penderita diabetes, fisik yang lemah, hindari pembekaman langsung sesudah mandi, hindari pembekaman setelah pasien muntah dan tidak dianjurkan langsung makan setelah bekam (Ridho, 2015).

Setelah penyuluhan dan pelayanan bekam, peserta diminta menjawab pertanyaan secara lisan tentang waktu bekam, manfaat bekam, kondisi yang boleh dan tidak boleh di bekam,

serta alasan mengapa bekam yang dikatakan aman menurut kesehatan adalah bekam basah. Pertanyaan tentang bagaimana perasaan setelah dibekam sebagian besar direspon dengan jawaban merasa “lebih enak di badan”.

Mekanisme kerja terapi bekam basah adalah pengekapan dengan pompa mengeluarkan darah. Bekam basah akan mengeluarkan patogen angin, panas dan api. Pada orang dengan kondisi Yin Xu. Kondisi yin Xu adalah kondisi tubuh kekurangan unsur Yin. Yin Xu dibentuk oleh jing Xui dan Jin Ye. Hal tersebut dijelaskan sebagai kombinasi faktor keturunan, toksin dan lemahnya fungsi imunitas (Ridho, 2016). Pada asus hipertensi, klien mengalami perubahan tekanan darah, yang dalam konsep bekam sinergi diartikan sebagai terkena sindrom luar. Pembekaman dapat menarik unsur Qi Xue permukaan tubuh untuk sehingga pertahanan tubuh meningkat. Reflek baroreseptor pada mekanisme fisiologi tekanan darah dapat diaktifkan sehingga tekanan darah relatif bisa diritunkan (mutaqin, 2015).

Pada kegiatan ini para lansia memberikan jawaban secara lisan yang menandakan telah mempunyai pemahaman tentang bekam kering indikasi, manfaat cara berbekam yang aman. Pelayanan bekam kering juga telah dilaksanakan dan tekanan darah lansia yang dibekam rata rata menurun.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pelatihan bekam sebagai upaya peningkatan kesehatan masyarakat di Desa Piyaman menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat mengenai teknik pengobatan tradisional ini. Selama pelatihan, peserta diberikan pemahaman tentang manfaat bekam, teknik yang benar, serta cara menjaga kebersihan dan keselamatan dalam praktik bekam. Hasilnya, sebagian besar peserta merasa lebih percaya diri untuk mempraktikkan bekam secara mandiri, baik untuk diri sendiri maupun keluarga mereka. Selain itu, pelatihan ini juga membantu masyarakat untuk mengenali alternatif pengobatan non-medis yang dapat mendukung kesehatan tubuh, terutama dalam mengatasi masalah-masalah seperti pegal linu, sakit kepala, dan gangguan pernapasan. Dengan demikian, pelatihan bekam dapat menjadi salah satu solusi dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Desa Piyaman secara lebih mandiri dan berkelanjutan. Ke depan, diharapkan pelatihan semacam ini dapat terus diselenggarakan dan diperluas cakupannya, dengan melibatkan lebih banyak masyarakat dan memberikan pelatihan lanjutan. Hal ini penting untuk memastikan bahwa teknik bekam dipraktikkan dengan benar dan aman, serta memberi dampak positif bagi kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fattah, A. B. A. (2005). Keajaiban thibbun nabawi: Bukti ilmiah dan rahasia kesembuhan dalam metode pengobatan nabawi. Solo: Al-Qowam.
- Bahar, S. (2016). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pasien hipertensi esensial di rumah bekam Denpasar Mei–Juni 2014. E-Jurnal Medika.
- Black, & Jane. (2014). Keperawatan medikal bedah. Jakarta: Elsevier.
- Kasmui. (2015). Bekam pengobatan menurut sunnah Nabi. Semarang: Gunungpati.
- Muttaqun, A. (2009). Asuhan keperawatan klien dengan gangguan sistem kardiovaskuler dan hematologi. Jakarta: Salemba Medika.
- POKJA SIKI DPP PPNI. (2017). Standar intervensi keperawatan Indonesia. Jakarta: DPP PPNI.
- Ridho, A. A. (2015). Bekam sinergi. Solo: AQWAMEDIKA.
- Rosdahl, C. B., & Kowalski, M. T. (2014). Buku ajar keperawatan dasar (Vol. 5; Setiawan & Tampubolon, Trans.). Jakarta: EGK. (Original work published 2019)
- Suryanda. (2017). Pengaruh bekam basah terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Asy-Syifa Prabumulih. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes.
- Susanah. (2017). Pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Poliklinik Trio Husada Malang. Nursing News, 2(3), 281–291.
- Susiana. (2013). Efektifitas terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi primer. Nursing News, 2(3), 155–167.
- Yasin, S. A.-B. (2005). Bekam sunnah Nabi & mukjizat medis. Solo: Al-Qowam.