**PENGARUH TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA LANSIA *HIPERKOLESTEROLEMIA***

**(Studi di Dusun Sambong Dukuh Jombang)**

Ahmad Bebi Waluyo\*Hariyono\*\*Ucik Indrawati\*\*\*

**ABSTRAK**

**Pendahuuan:** *Hiperkolesterolemia* sudah menjadi masalah kesehatan yang besar di berbagai belahan Negara. Hiperkolesterolemia bisa memberi dampak serius bagi kesehatan seperti resiko penyakit jantung dan pembuluh darah. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini ialah menganalisis pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang. **Metode:** Desain penelitian *pra eksperiment* dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini seluruh lansia hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang sebanyak 20 orang, dengan jumlah sampel sebnyak 17 orang. Menggunakan teknik sampling *simple random sampling*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi bekam,variabel dependen dalam penelitian ini adalah penurunan kadar kolesterol total pada lansia yang mengalami hiperkolesterolemia. Instrument penelitian menggunakan SOP dan lembar observasi dan menggunakan uji *Wilcoxon*. **Hasil penelitian**: Menunjukkan kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia sebelum terapi bekam kategori tinggi dan setelah terapi bekam didapatkan kategori normal. Hasil uji *wilxocon* diperoleh nilai *P* value 0,000 < α (α=0,05) maka diterima. **Kesimpulan:** adalah ada pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada lansia yang mengalami hiperkolesterolemia. **Saran:** Bagi perawat/bidan desa hasil penelitian diharapkan bisa menerapkan terapi bekam sebagai terapi alternatif untuk dijadikan salah satu intervensi dalam menurunkan angka tingginya hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang

**Kata kunci: bekam, *hiperkolesterolemia,* lansia.**

***THE EFFECT OF BEKAM THERAPY ON THE DECREASING OF TOTAL CHOLESTEROL LEVELS IN HIPERKOLESTEROLEMIA ELDERLY***

***(Study in the Sambong Dukuh Jombang)***

***ABSTRACT***

***Introduction:*** *Hypercholesterolemia has become a major health problem in various parts of the country. Hypercholesterolemia can have serious effects on health such as the risk of heart and blood vessel disease.* ***Research Objectives:*** *This study is to analyze the effect of cupping therapy on decreasing total cholesterol levels in elderly hypercholesterolemia in Sambong Dukuh Jombang Hamlet.* ***Method:*** *Pre-experimental research design with one group pre-post test design approach. The population in this study were all elderly hypercholesterolemia in Sambong Dukuh Jombang Hamlet as many as 20 people, with a total sample of 17 people. Using a simple random sampling technique. The independent variable in this study is cupping therapy, the dependent variable in this study is a decrease in total cholesterol levels in the elderly who experience hypercholesterolemia. The research instrument uses SOP and observation sheets and uses the Wilcoxon test.* ***Results:*** *Shows total cholesterol levels in elderly hypercholesterolemia before cupping therapy is high and after cupping therapy is normal. Wilxocon test results obtained P value 0,000 <,000 (α = 0.05) then H\_1 is accepted.* ***Conclusion****: there is the effect of cupping therapy on the decrease in total cholesterol levels in the elderly who experience hypercholesterolemia.* ***Suggestion:*** *For village nurses / midwives the results of the study are expected to apply cupping therapy as an alternative therapy to be one of the interventions in reducing the high rate of hypercholesterolemia in Sambong Hamlet in Jombang*

***Keywords: cupping, hypercholesterolemia, elderly.***

**PENDAHULUAN**

Kadar kolesterol yang tinggi sudah menjadi masalah kesehatan yang terjadi di masyakat Indonesia maupun di Negara lain. Kadar kolesterol yang tinggi dapat memberikan efek buruk bagi kesehatan, semakin tinggi kadar kolesterol dalam darah maka semakin tinggi juga resiko terjadinya penyakit jantung (Grifin, 2017). Mayoritas orang pada saat ini suka mengkonsumsi daging hewani dan jerohan hewani karena rasanya yang gurih, maka kebanyakan orang menjadikannya sebagai lauk sehari harinya. Akan tetapi mengkonsumsi secara berlebihan dapat menyebabkan meningkatnya kadar kolesterol dalam darah (Subekti, 2017).

Laporan data WHO (2017) menyatakan sebanyak 37% angka kematian di Indonesia disebabkan oleh penyakit jantung dan pembuluh darah. Dimana sebanyak 35.9% penduduk yang berusia 15 tahun keatas memiliki nilai kolesterol total di atas normal, yang mencakup kategori borderline high (200-239 mg/dL) dan high (< 240 mg/dL). Prevalensi hiperkolesterolemia tertinggi di perkotaan dibandingkan di pedesaan dan pada wanita lebih banyak dari pada pria (Depkes, 2017). Sedangkan mayoritas penduduk di Jawa timur angka kebiasaan konsumsi makanan berlemak dan tinggi kolesterol lebih dari 1x/hari adalah 48,5%, dan 1-6x/minggu 38,5% (Riskesdas, 2018).

Pengobatan hiperkolesterolemia secara farmakologis bisa dengan pemberian berbagai obat normolipidemia seperti golongan obat statin, fibrat, resin, inhibitor absorpsi kolesterol selektif dan asam nikotinat. Pengobatan farmakologis tersebut masih menjadi pertimbangan klien termasuk masalah biaya, karakteristik demogarfi, penyakit penyerta, serta kualitas hidup. Dampak negatif yang ditimbulkan dari pengobatan farmakologis tersebut seperti efek samping yang berbahaya dan obat yang relatif mahal. Sehingga menjadikan klien memilih pengobatan non-farmakologis, salah satu pengobatan non-farmakologis yang diminati masyarakat Indonesia adalah terapi bekam (Afifah, 2017).

Terapi bekam dapat mengeluarkan zat racun termasuk kolesterol yang tidak terereksikan oleh tubuh melalui permukaan kulit dengan melukai dan penghisapan. Pemberian terapi bekam dilakukan pada titik-titik meridian untuk menurunkan hiperkolesterolemia yaitu titik KHL1, UN2, UN3, AK1 dan AK2. Dosis untuk terapi bekam bisa diberikan 2 kali dalam 3 minggu yaitu selang waktu sekitar kurang lebih 10 hari (Tafsir arifin, 2017). Pemberian pada titik-titik ini akan terjadi peningkatan jumlah leukosit, penurunan serum lemak trigliserida, fosfolipidia, penurunan kolesterol total khususnya kolesterol *low-density lipoprotein* (LDL), meransang liposis jaringan lemak dan menormalkan kadar glukosa dalam darah (Afifah, 2017).

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada lansia.

**BAHAN DAN METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra experimental dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang sebanyak 20 orang dengan teknik sampling Probability sampling, dan sampel dalam penelitian ini adalah sebagian lansia hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang sebanyak 17 orang. Analisa data menggunakan uji *wilxocon* dengan *alpha* (0,05).

**HASIL PENELITIAN**

**Data Umum**

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut usia lansia di Dusun Sambong Dukuh Jombang tahun 2019.

|  |
| --- |
| No Usia Frekuensi Persentase (%) |
| 1. 60-65 8 47,1 |
| 2 66-75 9 52,9 |
| Total 17 100 |

Sumber Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 1 Menunjukkan bahwa sebagian besar responden usia 66-75 tahun dengan jumlah 9 orang (52,9%).

Tabel 2 Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut jenis kelamin di Dusun Sambong Dukuh Jombang tahun 2019.

|  |
| --- |
| NoJenis Frekuensi Persentase(%)  Kelamin |
| 1. Perempuan 3 17,6 |
| 1. Laki-laki 14 82,4 |
| Total 17 100 |

Sumber Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 2 Di atas menghasilkan bahwa hampir seluruhnya responden di Dusun Sambong Dukuh adalah laki-laki sejumlah 14 orang (82,4%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut pendidikan terakhir di Dusun Sambong Dukuh Jombang tahun 2019.

|  |
| --- |
| No Pendidikan Frekuensi Persentase(%)  Terakhir |
| 1. Tidak sekolah 1 5,9 |
| 1. SD 15 88,2 |
| 1. SMP 1 5,9 |
| 4 SMK/SMA 0 0 |
| Total 17 100 |

Sumber Data primer (2019)

Berdasarkan tabel 3 diketahui pendidikan terakhir hampir seluruhnya responden di Dusun Sambong Dukuh Jombang adalah sekolah dasar (SD) sebanyak 15 (88,2%) responden.

Tabel 4 Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut pekerjaan di Dusun Sambong Dukuh Jombang tahun 2019.

|  |
| --- |
| No Pekerjaan Frekuensi Persentase (%) |
| 1 PNS 0 0 |
| 2. TNI/POLRI 0 0 |
| 3. Wirausaha 1 5,9 |
| 4. Swasta 0 0 |
| 5. Petani1 3 76,5 |
| 6. IRT 3 17,6 |
| Total 17 100 |

Sumber Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 4 dari data diatas di ketahui hampir seluruhnya dari responden di Dusun Sambong Dukuh Jombang adalah petani sebanyak 13 orang (76,5%).

Tabel 5 Distribusi frekuensi karakteristik responden menurut obat kolesterol yang dikonsumsi tahun 2019

|  |
| --- |
| No Jenis obat Frekuensi Persentase(%) |
| 1. Jamu/obat 0 0   herbal |
| 1. Obat medis 1 5,9 |
| 3 Obat yang di jual 2 11,8  bebas di toko |
| 1. Tidak mengkonsumsi 14 82,4 |
| Total 17 100 |

Sumber Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 5 dari data diatas di peroleh bahwa hampir seluruhnya lansia di Dusun Sambong Dukuh Jombang tidak mengkonsumsi obat yaitu sebanyak 14 orang (82,4%).

**Data Khusus**

Tabel 6 Distribusi frekuensi kadar kolesterol total lansia hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh sebelum diberikan terapi bekam tahun 2019

|  |
| --- |
| No Kadar kolesterol Frekuensi Persentase |
| 1. Tinggi >200mg/dl 17 100 |
| 2. Normal 160-200mg/dl 0 0 |
| 3.Rendah <160 mg/dl 0 0 |
| Total 17 100 |

Sumber Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 6 Di atas diperoleh seluruhnya responden di Dusun Sambong Dukuh Jombang mengalami kadar kolesterol tinggi >200mg/dl sebanyak 17 (100%) responden.

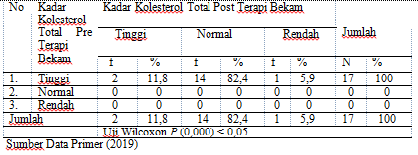
Tabel 7 Distribusi frekuensi kadar kolesterol total lansia yang mengalami hiperkolesterolemia setelah terapi bekam di Dusun Sambong Dukuh tahun 2019

|  |
| --- |
| No.Kadar Frekuensi Persentase(%)  Kolesterol |
| 1.Tinggi>200mg/dl 2 11,8 |
| 2.Normal 160-200mg/dl 14 82,4 |
| 3.Rendah <160mg/dl 1 5,9 |
| Total 17 100 |

Sumber Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 7 diatas diperoleh hasil hampir seluruhnya dari responden di Dusun Sambong Dukuh Jombang setelah di berikan terapi bekam adalah normal yaitu sebanyak 14 (82,4%) responden.

Tabel 8 Tabulasi silang kadar kolesterol total pada lansia yang mengalami hiperkolesterolemia sebelum dan sesudah di berikan terapi bekam di Dusun Sambong Dukuh Jombang



Berdasarkan tabel 8 Di atas diketahui sebelum dilakukan terapi bekam seluruhnya dari responden mengalami kadar kolesterol tinggi yaitu sebanyak 17 (100%) responden, setelah di lakukan terapi bekam hampir seluruhnya dari responden kadar kolesterolnya normal yaitu sebanyak 14 (82,4%) responden.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* dihasilkan nilai *P*= 0,000 yang berarti nilainya lebih kecil dari *alpha* (0,05), jadi bisa ditarik kesimpulan diterima. Berarti ada pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada lansia yang mengalami hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang.

**PEMBAHASAN**

**Kadar kolesterol total lansia yang**

**mengalami hiperkolesterolemia sebelum terapi bekam**

Berdasarkan tabel 6 diketahui kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia seluruhnya adalah tinggi yaitu sebanyak 17 (100%) responden. Hal ini menunjukkan selama penelitian berlansung sebelum diterapi bekam rata-rata responden di Dusun Sambong Dukuh Jombang mengalami hiperkolesterolemia.

Peneliti berpendapat salah satu faktor penyebab tingginya kadar kolesterol total adalah usia dan pendidikan. Berdasarkan tabel 1 bahwa sebagian besar dari responden yang berusia 66-75 sebanyak 9 (52,9%) responden. Sedangkan tabel 3 bahwa seluruh responden pendidikan terakhir adalah sekolah dasar (SD) sebanyak 15 (88,2%) responden.

UPT-Balai Informasi Teknologi (2015) mengatakan bahwa kadar kolesterol meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Begitupun dengan pendidikan, sebagian besar responden pendidikan terakhir adalah sekolah dasar, pendidikan juga menjadi faktor salah satu kolesterol total tinggi semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah mereka mendapat informasi yang pada ujungnya pengetahuan mereka semakin meningkat, sebaliknya seseorang dengan pendidikan rendah akan kesulitan menerima informasi, menghambat perkembangan sikap serta nilai-nilai yang di kenalkan (Mubarok, 2017).

**Kadar kolesterol total pada lansia yang mengalami hiperkolesterolemia setelah terapi bekam**

Berdasarkan tabel 7 diketahui hasil kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia hampir seluruhnya normal yaitu sebanyak 14 (82,4%) responden. karena selama proses pemberian intervensi bekam responden sangat kooperatif dan bekerja sama dengan baik mengikuti intruksi terapis sehingga berdampak pada hasil yang signifikan.

Menurut pendapat peneliti kadar kolesterol total pada lansia setelah diberikan terapi bekam sebagian besar menjadi normal, hal ini menunjukkan bahwa terapi bekam dapat menurunkan kadar kolesterol total pada lansia yang mengalami hiperkolesterolemia.

Hiperkolesterolemia adalah peningkatan kadar LDL (*low-density lipoprotein)* puasa tanpa disertai peningkatan trigliserida. Penyebabnya meliputi: berat badan bertambah, proses penuaan, faktor keturunan serta penurunan kadar estrogen pada wanita menoupose (Aurora, 2012).

Terapi bekam merupakan terapi non

farmakologis dengan teknik penghisapan perrmukaan kulit serta mengeluarkan zat racun termasuk kolesterol yang tidak terereksikan oleh tubuh melalui permukaan kulit dengan melukai dan penghisapan di titik-titi meridian yang ditentukan (Afidah, 2017).

**Pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia**

Analisa data yang dihasilkan di tabel 5.8 dengan bantuan computer melalui uji wicoxon dihasilkan ρ=0,000 yang berarti lebih kecil dari nila *alpha* (0,05) maka diterima. Jadi bisa ditarik kesimpulan ada pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang.

Hasil penelitian di tabel 7 setelah dilakukan terapi bekam menunjukan kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia hampir seluruhnya normal yaitu sebanyak 14 (82,4) responden dari yang awal sebelum terapi bekam di tabel 5.6 seluruh responden dengan kadar kolesterol total tinggi sebanyak 17 (100%) responden.

Peneliti berpendapat setelah penelitian hampir semua responden mempunyai respon positif terhadap penurunan kadar kolesterol total setelah terapi bekam. Dapat dilihat dari tingkat keberhasilan diatas terapi bekam dapat menurunkan kadar kolesterol total pada lansia hiperkolesterolemia yang rata-rata usia 66 tahun keatas dengan sebagian besar pendidikan terahir sekolah dasar. Sehingga peneliti berpendapat bahwa terapi bekam bisa menjadi alternatif pengobatan untuk mengatasi kadar kolesterol total yang tinggi mengigat pengobatan farmakolgis yang relatif mahal. Akan tetapi untuk menghasilkan hasil yang lebih maksimal sebaiknya terapi bekam ini dilakukan dalam jangka waktu yang relatif lama dan teratur.

Kadar kolesterol yang tinggi merupakan faktor penyebab resiko kematian, banyak orang mengkonsumsi makanan tanpa mempertimbangkan senyawa apa yang terkandung didalamnya terutama kadar kolesterol (Kemenkes, 2017). Penurunan kadar kolesterol sangat berpengaruh pada gangguan sistem tubuh, kadar kolesterol yang terlalu tinggi akan tertimbun dalam pembuluh darah (Nofa, 2017).

Terapi bekam merupakan terapi tradisional yang memiliki ragam manfaat bagi kesehatan dan penyembuhan penyakit akut maupun kronis seperti melancarkan peredaran darah, menurunkan ketegangan otot, migran, kolesterol serta penyakit umum lainnya baik bersifat fisik maupun mental (Roidah, 2017).

**SIMPULAN DAN SARAN**

**Simpulan**

Ada pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada lansia yang mengalami hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Kabupaten Jombang.

**Saran**

1. Bagi keluarga lansia di Dusun Sambong Dukuh

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan keluarga maupun lansia mengenai manfaat yang

dihasilkan oleh terapi bekam dan bisa menjadi terapi alternatif untuk penurunan kadar kolesterol total dalam tubuh.

1. Bagi Perawat / Bidan di Dusun Sambong Dukuh

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menerapkan terapi bekam sebagai terapi alternatif untuk dijadikan salah satu intervensi dalam menurunkan angka tingginya hiperkolesterolemia di Dusun Sambong Dukuh Jombang

1. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dengan frekuensi yang lebih lama dan jumlah sampel yang lebih besar serta bisa digunakan untuk intervensi penyakit yang lainnya seperti asam urat, nyeri, dan hipertensi.

**KEPUSTAKAAN**

Afifah.2017.*pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total ada penderita hiperkolesteromia*. [Skripsi]. Universitas islam negeri syarif hidayatullah: Jakarta, 2017.

Arikunto S, 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta:PT. Rineka Cipta.

Arifin Tafsir, 2017. *Dahulukan Dawuh Rasulullah.*Crew Bekam: Kediri.

Arundhati dita, 2013. *Pengaruh Senam Tai Chi dan Senam Biasa Terhadap Reduksi Nyeri Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Wherda.* Universitas Hasanudin: Makasar.

Departemen kesehatan RI (Dep. Kes. RI). 2018 Badan penelitian pengembangan kesehatan,riset kesehatan dasar (Riskesdas), Laporan Nasional.

Devlin. T.M, 2016. *Textbook Of Biochemistry: with Clinical Corelations, Sixth, Edition* 707-717, John Wiley and Sons, Inc. pn, New York.

Griffin, R.M. (2017). High Cholesterol: *What It Can Do to You.(*<http://www.webmd.com/cholesterolmanagement/features/high-cholesterol-risks-top-2dangers>) Diakses tgl 20 maret 2019 pukul 23.15 WIB.

Guyton & Hall, 2015. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 9.*EGC: Jakarta.

Hidayat, A., A., A., (2016). *Metode Penelitian Kebidanan & Teknik Analisa Data,* Jakarta, Salemba Medika.

Kemeskes,2017.*Profil kesehatan Indonesia tahun 2013.* (<http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2013.pdf>). Diakses tgl 19 maret 2019 pukul 21.00 Wib.

Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI).2015.*Kolesterol pangan dan kesehatan.*UPT-Balai Informasi Teknologi.

Nursalam, 2016, *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan,* Jakarta, Salemba Medika.

Notoatmodjo, S., 2013, *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta, Rineka Cipta.

Pfizer, 2013. *Seputar Kolesterol.* (http//www.pedulikolesterol.com). Diakses 22 april, 2019 pukul 22.30 WIB.

Roidah, 2014. *Keajaiban Pengobatan Islam*. Jakarta: Zikrul Hakim.

Saryono, 2013. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan.* Yogyakarta : Nuha Medika.

Sherwood, 2015. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem Edisi 2.* EGC: Jakarta.

Subekti S, 2017. *Bab V kesehatan lansia*. Universitas Pendidikan Indonesia. (<http://file.upi.edu>). Diakses tgl 20 maret 2019 pukul 20.00 WIB.

Sugiono, 2013. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND.* Bandung: Alfabeta.

WHO.2017.*Global Health Observatory (GHO)* Data Raised cholesterol.Diakses ([http://www.who.int/gho/ncd/risk­­-Factors/cholesterol-text/en/](http://www.who.int/gho/ncd/risk-Factors/cholesterol-text/en/)). Diakses tgl 20 maret 2019 pukul 19.30 Wib.