

Bab 1-6 Siti Anisa R.docx



Date: 2019-08-16 09:43 WIB

* All sources 100 | Internet sources 28 | Own documents 31 | Organization archive 41

- [0] "Bab 1-6 Heni Ira.docx" dated 2019-08-15
11.8% 82 matches

- [1] "Bab 1-6 Ika.docx" dated 2019-08-13
9.1% 60 matches

- [2] "KTI RIRIS AYU BAB 1-6.doc" dated 2019-08-16
5.5% 36 matches

- [3] "Bab 1-6 Noviana.doc" dated 2019-08-16
6.6% 47 matches

- [4] repository.ump.ac.id/1268/3/MAOLA SABILA JAZMI BAB II.pdf
6.6% 34 matches

- [5] "Ika Apriyiani.docx" dated 2019-08-15
5.3% 35 matches

- [6] https://terapi-bekam.blogspot.com/2011/05/
4.9% 35 matches

- [7] https://terapi-bekam.blogspot.com/2011/05/macam-terapi-bekam.html
4.8% 34 matches

- [8] "Moh Syaiful Bahri 153210070.docx" dated 2019-07-17
4.9% 36 matches

- [9] "Bab 1-6 Nova.docx" dated 2019-08-13
5.2% 39 matches

- [10] "Bab 1-6 Deny Natalia.docx" dated 2019-08-15
4.7% 30 matches

- [11] digilib.unimus.ac.id/files/disk1/133/jtptunimus-gdl-srimulyani-6619-3-babii.pdf
4.6% 24 matches

- [12] "bab 1-6 marlina.docx" dated 2019-08-13
4.1% 40 matches

- [13] "Bab 1-6 Reny.doc" dated 2019-08-13
3.8% 36 matches

- [14] https://terapi-bekam.blogspot.com/2011/01/
2.9% 24 matches

- [15] "Ayu Kusuma.docx" dated 2019-08-15
3.5% 22 matches

- [16] "Trio Atmoko .docx" dated 2019-07-25
3.1% 27 matches

- [17] perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/assets/file/kti/1301100058/BAB_II.doc
2.9% 20 matches

- [18] "Junaida revisi 3 .docx" dated 2019-07-24
3.3% 31 matches

- [19] "Bab 1-6 Vanessa.docx" dated 2019-08-15
3.1% 27 matches


- [20] https://mawarspa.blogspot.com/2010/05/jenis-jenis-rawatan-bekam.html
2.9% 19 matches
+ 1 documents with identical matches



- [22] "BAB I - 6 Trio Atmoko.docx" dated 2019-08-13
2.8% 23 matches



- [23] "BAB 1-6 Mamluatul.docx" dated 2019-08-15
2.9% 20 matches



- [24] www.hargaalatbekam.com/2015/09/teknik-bekam-basah-kering-seluncur-tarik.html
2.8% 19 matches



- [25] "BAB 1-6 Eka Tanti.docx" dated 2019-08-13



- ✓ [25]  3.0% 23 matches



- ✓ [26]  "KTI armilia dyah 2019.docx" dated 2019-08-15
 3.0% 31 matches



- ✓ [27]  "Bab 1-6 Lilis H.docx" dated 2019-08-15
 3.0% 30 matches



- ✓ [28]  "Lilies Hidayah.docx" dated 2019-08-16
 2.9% 29 matches



- ✓ [29]  "Bab 1-6 Sofia.docx" dated 2019-08-16
 2.7% 26 matches



- ✓ [30]  "SKRIPSI NOVI 1-6.docx" dated 2019-08-07
 2.6% 21 matches



- ✓ [31]  repository.ump.ac.id/2066/2/SOIMATUL MUBAROKAH BAB II.pdf
 3.0% 15 matches



- ✓ [32]  https://ligagent.blogspot.com/
 2.6% 18 matches



- ✓ [33]  repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/56421/Chapter II.pdf;sequence=4
 2.2% 16 matches



- ✓ [34]  "Bab 1-6 mei.docx" dated 2019-08-15
 2.7% 18 matches



- ✓ [35]  "Bab 1-6 Dini F .docx" dated 2019-08-15
 2.7% 19 matches



- ✓ [36]  "Evy Intan.docx" dated 2019-08-15
 2.6% 17 matches



- ✓ [37]  https://majalaremaja.blogspot.com/2012/03/proses-pembentukan-asam-urat.html
 2.5% 17 matches



- ✓ [38]  https://balaipengobatanholistikpangestu.blogspot.com/2011/
 2.2% 16 matches



- ✓ [39]  "Mia Ayu.docx" dated 2019-07-24
 2.3% 18 matches



- ✓ [40]  "Bab 1-6 Ayu Lestari.doc" dated 2019-08-16
 2.5% 20 matches



- ✓ [41]  https://suryo-wibowo.blogspot.com/2006/06/asam-urat_115088450115003296.html
 2.0% 17 matches



- ✓ [42]  "Bab 1-6 Felicia.docx" dated 2019-08-15
 2.5% 20 matches



- ✓ [43]  "Bab 1-6 Dini.docx" dated 2019-08-15
 2.4% 25 matches



- ✓ [44]  "Bab 1-6 Nurul Aini.doc" dated 2019-08-13
 2.3% 18 matches



- ✓ [45]  "KTI DINA KB SUNTIK 3 BULAN.docx" dated 2019-08-16
 2.2% 26 matches



- ✓ [46]  https://vdokumen.com/218-dessy-nur-halimah.html
 2.1% 19 matches


- ✓ [47]  https://nahrowi-alhujjam.blogspot.com/20...kam-titik-titik.html
 1.8% 16 matches

- ✓ [48]  "Bab 1-6 Neneng.docx" dated 2019-08-16
 2.2% 14 matches

- ✓ [49]  "Bab 1-6 Malihatun.doc" dated 2019-08-06
 2.2% 24 matches

- ✓ [50]  "Revisi 1 Malihatun.doc" dated 2019-08-08
 2.2% 24 matches

- ✓ [51]  "Mia Ayu REVISI.docx" dated 2019-07-24
 2.0% 16 matches

- ✓ [52]  https://www.academia.edu/34994279/HIJAMA...Studi_Tematik_Hadits

		2.1%	13 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[53]	"Ika Ratna.docx" dated 2019-07-22	2.0% 19 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[54]	https://www.hpainternational.org/2018/02/08/mengenal-titik-bekam/	1.9% 13 matches 4 documents with identical matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[59]	"Revisi 2 Malihatun.doc" dated 2019-08-09	2.0% 23 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[60]	"Bab 1-6 Dewi Nur.docx" dated 2019-08-06	1.8% 19 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[61]	"bab 1-6 fita.docx" dated 2019-08-05	1.7% 21 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[62]	"Whenni revisi 1-6.docx" dated 2019-07-30	1.9% 19 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[63]	"BAB 1-6 dan daftar pustaka.docx" dated 2019-08-07	1.9% 16 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[64]	"Bab 1-6 KHOIRUL ANWAR.docx" dated 2019-08-15	1.9% 20 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[65]	https://rumahterapi-ummuzahra.blogspot.com/2012/10/bekam-buang-sisa-asam-urat.html	1.9% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[66]	"Skripsi Bu Elok.doc" dated 2019-08-14	1.8% 21 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[67]	"SKripsi Bab 1 - 6 Martha P.docx" dated 2019-08-08	1.7% 18 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[68]	"Skripsi Bab 1-6 Muhammad Ruin.docx" dated 2019-07-29	1.8% 19 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[69]	"Muhamad Ubet .docx" dated 2019-07-24	1.7% 20 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[70]	https://duniakoeceritakoe.wordpress.com/2017/04/04/bekam-buang-sisa-asam-urat/	1.9% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[71]	https://es.scribd.com/document/405770489/bekam	1.9% 13 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[72]	https://decungkringo.wordpress.com/tag/teori-penuaan/	2.0% 10 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[73]	"revisi skripsi awang bab 1-6.doc" dated 2019-07-09	1.9% 20 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[74]	"SANTI 1- 6 .docx" dated 2019-07-03	1.8% 15 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[75]	"Samsul Ma'arif Bab 1-6 .doc" dated 2019-07-11	1.8% 14 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[76]	"Frida bab 1-6.docx" dated 2019-08-02	1.7% 19 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[77]	"BU TUTUT 1-6.docx" dated 2019-07-03	1.8% 13 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[78]	https://sikkahoder.blogspot.com/2012/07/video-proses-terjadinya-penyakit-asam.html	1.7% 11 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[79]	eprints.ums.ac.id/2252/1/K100040082.pdf	1.5% 12 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[80]	"Endah Pramita.docx" dated 2019-08-14	1.5% 18 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[81]	"Indah Nur Fajarwati.doc" dated 2019-08-14	1.6% 19 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[82]	"SKRIPSI Bab 1-6 Hendi.docx" dated 2019-07-29	1.7% 12 matches
		"Ainun Larifah SKRIPSI 1-6.docx" dated 2019-07-04	

<input checked="" type="checkbox"/>	[83]	"Amma Sanyan BAKA 01 1-6.docx" dated 2019-07-07 1.7% 16 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[84]	"revisi dewi nur halimah.docx" dated 2019-08-13 1.5% 16 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[85]	"BAB 1 -6 Vira Widi.docx" dated 2019-08-15 1.6% 14 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[86]	"Bab 1-6 Desi Ade.docx" dated 2019-07-29 1.5% 17 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[87]	"nova Nur Mindawati.docx" dated 2019-08-15 1.7% 16 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[88]	"PLAGSCAN yulia patma 1-6.docx" dated 2019-07-24 1.6% 16 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[89]	https://tokomuslim09.blogspot.com/ 0.3% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[90]	"Bab 1-6 Heni.doc" dated 2019-08-13 1.5% 13 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[91]	"Bab 1-6 Siti Julaekah.doc" dated 2019-08-13 1.5% 19 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[92]	"BAB 1-6 Novi Lilin.docx" dated 2019-07-23 1.5% 14 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[93]	"BAB 1-6 Lusiana.docx" dated 2019-07-23 1.4% 17 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[94]	"1-6 ayu wulandari baru.docx" dated 2019-07-25 1.5% 17 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[95]	"Bab 1-6 Sauqi R..docx" dated 2019-08-12 1.5% 11 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[96]	"plasca ke 3.docx" dated 2019-07-18 1.6% 15 matches 2 documents with identical matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[99]	https://sharekeperawatan.blogspot.com/2015/10/konsep-dan-teori-lanjut-usia.html 1.5% 9 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[100]	"Agus Prastio .docx" dated 2019-07-04 1.4% 16 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[101]	"Farisa Novi Atika.docx" dated 2019-08-16 1.4% 15 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[102]	"Revisi Galuh 153210058.docx" dated 2019-07-11 1.6% 17 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[103]	"Badrus Safak.docx" dated 2019-07-26 1.5% 12 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[104]	https://www.academia.edu/15234948/CARA_T...KAM_dan_TEKNIK_BEKAM 1.5% 9 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[105]	https://titisanysessty.blogspot.com/2013/07/ 1.5% 8 matches
<input checked="" type="checkbox"/>	[106]	"Revisi 3 Malihatun.doc" dated 2019-08-12 1.5% 18 matches

48 pages, 7860 words

PlagLevel: 45.0% selected / 46.9% overall

282 matches from 107 sources, of which 33 are online sources.

Settings

Data policy: *Compare with web sources, Check against my documents, Check against my documents in the organization repository, Check against organization repository, Check against the Plagiarism Prevention Pool*

Sensitivity: *Medium*

Bibliography: *Consider text*

Citation detection: *Reduce PlagLevel*

Whitelist: --

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bertambahnya usia, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan), sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lanjut usia. Salah satu penyakit degeneratif adalah penyakit sendi, dimana keluhan yang dirasakan seperti linu, pegal, dan kadang-kadang terasa seperti nyeri.^[8] Biasanya nyeri akut pada persendian itu disebabkan oleh gout sebagai efek dari meningkatnya kadar asam urat dalam darah (Adam, 2017).

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit reumatik yang menduduki urutan ketiga setelah artrosis dan rematoid arthritis, penderita penyakit reumatik di Indonesia diperkirakan hampir 80 % penduduk yang berusia 40 tahun atau lebih.^[68] World Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 335 juta orang di dunia mengidap penyakit reumatik. Jumlah ini sesuai dengan adanya peningkatan manusia berusia lanjut. Masalah muskuloskeletal merupakan masalah kronis yang paling lazim terjadi pada lansia, dengan sekitar 49 % lansia mengalami beberapa bentuk arthritis (Bobaya et al, 2016). Prevalensi asam urat di Indonesia diperkirakan 1,6 – 13,6 jiwa, prevalensi ini meningkat seiring dengan meningkatnya umur (Putri, 2019). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, menyatakan prevalensi penyakit sendi pada umur

≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sebanyak 26,9 % dan di kota Ngawi sebanyak 27,0 %.

Menjaga agar kadar asam urat tidak meningkat adalah bagian penting dari target jangka panjang mencegah asam urat berlebih. Karena asam urat sebenarnya ada secara alami di dalam tubuh, jumlahnya bisa meningkat karena ada faktor dari luar misalnya makanan.^[41]▶ Makanan sumber dari produk hewani biasanya mengandung purin sangat tinggi.^[41]▶ Beberapa jenis makanan dan minuman yang diketahui bisa meningkatkan kadar asam urat adalah alkohol, ikan hearing, telur dan jeroan (Putri, 2019).^[79]▶

Penggunaan berbagai jenis obat sintetis dalam pengobatan asam urat telah banyak beredar, tetapi obat tersebut dianggap kurang efektif dan banyak memiliki efek samping yang merugikan.^[79]▶ Oleh karena itu, perlu dicari alternatif pengobatan yang lebih aman dan efektif. Salah satu metode tradisional yang digunakan ialah teknik bekam (Nugraha, 2014).

Efek dari terapi bekam terhadap asam urat yaitu bekam bisa mengeluarkan kristal asam urat dari persendian dan jaringan di sekitarnya, sehingga rasa nyeri berkurang dan tidak terjadi peradangan, warna merah, atau pembengkakan pada persendian. Bekam melalui zat nitrit oksida (NO) berfungsi mengurangi pembengkakan sendi yang sakit, bekam membuang zat prostaglandin dari tempat yang sakit sehingga mengurangi rasa sakit, di samping itu bekam memicu sekresi zat endofrin dan enkefalin di dalam tubuh yang berfungsi sebagai pereda nyeri alami.^[41]▶ Terapi bekam dapat menurunkan kadar asam urat, karena dengan bekam

zat – zat yang berbahaya bagi tubuh dapat dikeluarkan. Jika asam urat meningkat terus akan terjadi gout arthritis kronis yang ditandai serangan nyeri terus menerus. Timbulnya asam urat di ginjal akan menyebabkan batu asam urat yang ditandai nyeri hebat di daerah pinggang dan bila berlanjut dapat mengganggu fungsi ginjal tersebut (Putri, 2019).

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran kadar asam urat sesudah bekam basah pada pra lansia?

^[16]▶ 1.3 Tujuan Penelitian

^[0]▶ 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kadar asam urat sesudah bekam basah pada pra lansia.

^[0]▶ 1.3.2 Tujuan Khusus

Mengetahui kadar asam urat sesudah bekam basah pada pra lansia di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi.

^[1]▶ 1.4 Manfaat Penelitian

^[63]▶ 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi dan pembelajaran mengenai penyakit gout.

^[3]▶ 1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman dalam melaksanakan penelitian tentang gambaran kadar asam urat sesudah bekam basah pada

pra lansia dan penelitian ini berguna dalam penyusunan tugas akhir.

[8] ▶
b. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi tentang pengobatan alternatif **bekam** terhadap penurunan kadar asam urat yang tinggi.

[4 0] ▶
c. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan bacaan mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.

[0] ▶

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pra Lanjut Usia (Pra Lansia)

2.1.1 Pengertian Pra Lanjut Usia (Lansia)

Masa pra lansia merupakan masa persiapan diri untuk mencapai usia lanjut yang sehat, aktif, dan produktif. Oleh karena pada masa ini banyak perubahan yang terjadi seperti menopause, puncak karier, masa menjelang pensiun, dan rasa kehilangan (kedudukan, kekuasaan, teman, anggota keluarga, pendapatan).^[4] Pralansia (prasenilis) adalah seseorang yang berusia antara 45-59 tahun (Maryam et all, 2008).^[39]

Lansia bukan suatu penyakit, namun merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stress lingkungan.^[4] Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis.^[4] Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual (Jazmi, 2016).

2.1.2 Klasifikasi Lansia^[99]

Berikut ini adalah lima klasifikasi pada lansia (Depkes RI, 2003), yaitu :

a. Pralansia (prasenilis) adalah seseorang yang berusia antara 45-59 tahun.

b. Lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih.^[66]

- [9 9] ▶
c. **Lansia risiko tinggi** adalah seseorang yang berusia 70 tahun atau lebih/ seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan.
- [3 0] ▶
d. **Lansia potensial** adalah lansia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan/atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang/jasa.
- [3 0] ▶
e. **Lansia tidak potensial** adalah lansia yang tidak berdaya mencari nafkah, sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain.

Sedangkan menurut World Health Organisation (WHO) lanjut usia meliputi:

- [7 2] ▶
a. **Usia pertengahan (middle age)**, yaitu kelompok usia 45 sampai 59 b. tahun.
- [9 3] ▶
c. **Lanjut usia (elderly)**, antara 60 sampai 74 tahun.
- [9 3] ▶
d. **Lanjut usia tua (old)**, antara 75 sampai 90 tahun
- [8 0] ▶
e. **Usia sangat tua (very old)**, diatas 90 tahun.

2.1.3^[4] Perubahan-Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia

Perubahan-perubahan yang terjadi pada lansia sebagai berikut (Jazmi, 2016) :

- [4] ▶
a. **Perubahan Pada Sistem Gastrointestinal**

Proses penuaan memberikan pengaruh pada setiap bagian dalam saluran gastrointestinal (GI) yaitu perubahan pada rongga mulut, esofagus, lambung, usus halus, usus besar dan rektum, pankreas, dan hati.

^{[4] ▶}
b. Perubahan pada Sistem Muskuloskeletal

^{[4] ▶}
1. Jaringan penghubung (kolagen dan elastin)

Perubahan pada kolagen ini merupakan penyebab turunnya fleksibilitas pada lansia sehingga menimbulkan dampak berupa nyeri, penurunan kemampuan untuk meningkatkan kekuatan otot, kesulitan bergerak dari duduk ke berdiri, jongkok dan berjalan dan hambatan dalam melakukan aktivitas sehari-hari.^{[4]▶} Upaya fisioterapi untuk mengurangi dampak tersebut adalah memberikan latihan untuk menjaga mobilitas.

^{[4] ▶}
2. Kartilago

Jaringan kartilago pada persendian menjadi lunak dan mengalami granulasi akhirnya permukaan sendi menjadi rata.^{[4]▶} Selanjutnya kemampuan kartilago untuk regenerasi berkurang dan degenerasi yang cenderung ke arah progresif.^{[4]▶} Proteoglikan yang merupakan komponen dasar matrik kartilago, berkurang atau hilang secara bertahap sehingga jaringan fibril pada kolagen kehilangan kekuatannya dan akhirnya kartilago cenderung mengalami fibrilasi.

^{[4] ▶}
3. Sistem Skeletal

Berikut ini merupakan perubahan yang terjadi pada sistem skeletal akibat proses menua:

- ^{[4]▶}
- Penurunan tinggi badan secara progresif

- Penurunan produksi tulang kortikal dan trabecular yang berfungsi sebagai perinsungan terhadap beban gerakan rotasi dan lengkungan.

4. Sistem Muskular

Perubahan yang terjadi pada sistem muskular akibat proses menua yaitu waktu untuk kontraksi dan relaksasi muskular memanjang.^[4] Implikasi dari hal ini adalah perlambatan waktu untuk bereaksi, pergerakan yang kurang aktif.

5. Sendi

Perubahan yang terjadi pada sendi akibat proses menua yaitu pecahnya komponen kapsul sendi dan kolagen.^[4] Implikasi dari hal ini adalah nyeri, inflamasi, penurunan mobilitas sendi, deformitas, kekakuan ligamen dan sendi.

c. Perubahan pada Sistem Persarafan

Sistem neurologis, terutama otak^[4] adalah suatu faktor utama dalam penuaan.^[4] Neuron menjadi semakin kompleks dan tumbuh, tetapi neuron tersebut tidak dapat mengalami regenerasi.^[31] Perubahan struktural yang paling terlihat terjadi pada otak itu sendiri.^[4] Perubahan ukuran otak yang dipengaruhi oleh atrofi girus dan dilatasi sulkus dan ventrikel otak.^[4] Korteks serebal adalah daerah otak yang paling besar dipengaruhi oleh kehilangan neuron.^[4] Penurunan aliran darah serebal dan penggunaan oksigen dapat pula terjadi dengan penuaan.

^[4] ▶ d. Perubahan pada Sistem Endokrin

Perubahan pada sistem endokrin akibat penuaan antara lain produksi dari semua hormon menurun, fungsi paratiroid dan sekresinya tidak berubah, terjadinya pituitari yaitu pertumbuhan hormon ada tetapi lebih rendah dan hanya di dalam pembuluh darah.

^[4] ▶ Menurunnya aktivitas tiroid, menurunnya BMR (Basal Metabolic Rate) dan menurunnya daya pertukaran zat. ^[4] ▶ Menurunnya produksi aldosterone dan menurunnya sekresi hormon kelamin, misalnya progesterone, estrogen dan testosterone.

2.2 Bekam

2.2.1 Pengertian Bekam

Bekam secara etimologi adalah menghisap. Adapun secara terminologi adalah mengeluarkan darah dari tubuh dengan perantara kulit. Syihab al-Badri Yasin mengatakan sebagaimana yang dikutip dari perkataan Dr. Ali Muhammad Muthowi bahwa: ^[89] ▶ “Bekam memiliki landasan ilmiah yang cukup dikenal, yaitu bahwa organ-organ dalam tubuh berhubungan dengan bagian-bagian tertentu pada kulit manusia di titik masuk syaraf yang mensuplai makanan kepada organorgan tersebut di syaraf tulang belakang. ^[89] ▶ Dengan adanya hubungan ini, maka rangsangan apapun yang akan diarahkan pada kulit mana pun di bagian tubuh ini, akan mempengaruhi organ-organ internal yang berhubungan dengan bagian kulit ini. ^[89] ▶ Teori ini sama dengan yang digunakan untuk pengobatan tusuk jarum (akupunktur) Cina untuk mengobati penyakit-^[89] ▶ penyakit. Dengan mengenal peta pembagian syaraf pada kulit dan

organ-organ internal, bisa diketahui bagian-bagian kulit yang bisa digunakan berbekam untuk memperoleh pengaruh medis yang diharapkan” (Khaleda, 2018).

Dokter Wada A. Umar mengatakan: “Bekam adalah metode pengobatan dengan menggunakan tabung atau gelas yang ditelungkupkan pada permukaan kulit agar menimbulkan bendungan lokal yang disebabkan tekanan negatif dalam tabung yang sebelumnya benda-benda dibakar dan dimasukkan ke dalam tabung agar terjadi pengumpulan darah lokal. Kemudian darah yang telah terkumpul dikeluarkan dari kulit dengan hisapan yang bertujuan meningkatkan sirkulasi energi dan darah” (Khaleda, 2018).^[46]▶

Jadi, terapi bekam adalah terapi **menghisap atau menyedot** darah setelah melakukan penyatan pada kulit sebagai metode pembersihan **dengan mengeluarkan sisa toksid dalam tubuh** dengan alat bekam yang jumlah darah dan caranya sesuai dengan ilmu kesehatan. Serta melancarkan sirkulasi energi dan darah. Toksid ini merupakan endapan zat kimia yang tidak dapat diolah tubuh, dapat berasal dari makanan yang mengandung penyedap rasa, zat pewarna, ataupun dari pencemaran udara (Khaleda, 2018).

2.2.2 Macam-macam Bekam

[5 2] ▶ a. **Bekam Basah (wet Cupping)**

Metode pembekaman ini merupakan cara pengeluaran darah statis atau darah kotor yang dapat membahayakan tubuh jika tidak dikeluarkan. Caranya :

1. ^{[1 4] ▶} Lakukan pemijatan danurut seluruh anggota badan dengan minyak but-but, zaitun, dan minyak habbatussauda, selama ± 5 – 10 menit, agar peredaran darah menjadi ^{[14]▶} lancar. Sehingga, hasil pengeluaran toksid lebih optimal.
2. ^{[0] ▶} Hisap/vacuum dengan gelas kaca pada permukaan kulit yang sudah ditentukan titik-titiknya, 3-5 kali pompa. ^{[6]▶} Biarkan selama 2-3 menit untuk memberikan kekebalan pada kulit saat dilakukan penyayatan.
3. ^{[1 4] ▶} Lepas gelas gelas kaca tersebut, kemudian basuh permukaan kulit dengan alkohol. ^{[14]▶} Lakukan penyanyatan/torehan dengan pisau bedah (blade surgical)atau jarum (lancing), sayatan disesuaikan dengan diameter/lingkaran gelas kaca tersebut. ^{[0]▶} Hisap/vacuum kembali 3-5 kali pompa dan biarkan selama 3-5 menit sambil dipanaskan dengan infrafil.
4. ^{[6] ▶} Buang darahnya dan tampung pada mangkok kecil, kemudian lakukan pembekaman lagi di tempat yang sama. ^{[0]▶} Biarkan selama 2-3 menit. ^{[0]▶} Lakukan hal ini maksimal 5 kali pembekaman di waktu dan hari yang sama.
5. ^{[1 4] ▶} Bekas sayatan/torehan diberi anti septic atau minyak but-but, agar tidak terjadi infeksi dan lukanya cepat sembuh. ^{[6]▶} Hindari terkena air selama 1-2 jam.
6. ^{[6] ▶} Pembekaman dapat dilakukan setiap hari pada titik yang berbeda dan berikan jangka waktu 2-3 pekan pada titik yang sama.

^{[4 6] ▶}
7. Sebaiknya dilakukan diagnose terlebih dahulu sebelum dilakukan pembekaman.

^{[3 2] ▶}
b. Bekam Kering

Metode ini hanya digunakan untuk menghilangkan rasa nyeri atau melenturkan otot-otot, terutama pada punggung atau badan bagian belakang.^{[20]▶} Tindakan ini dilakukan untuk penyakit ringan.

Caranya :

- ^{[6] ▶} 1. Massage/urut seluruh badan bagian belakang dengan minyak but-but atau minyak zaitun, selama 5 menit.
- ^{[0] ▶} 2. Hisap/vacuum dengan gelas kaca pada permukaan kulit pada titik-titik yang sudah ditentukan.^{[0]▶} Hal ini sebaiknya dilakukan 3-5 kali pompa dan biarkan selama 10-15 menit.
- ^{[6] ▶} 3. Lepas gelas kaca tersebut dan massage/urut kembali bekas bekaman dengan minyak but-but dan zaitun selama 2-3 menit.

^{[6] ▶}
c. Bekam Meluncur

Metode ini sebagai pengganti kerokan yang dapat membahayakan kulit karena dapat merusak pori-pori.^{[6]▶} Tindakan ini bermanfaat untuk membuang angin pada tubuh, melemaskan otot-otot, dan melancarkan peredaran darah. Caranya :

- ^{[6] ▶} 1. Massage/urut seluruh badan bagian belakang dengan minyak but-but, minyak zaitun, atau habbatussauda secukupnya sebagai pelumasan.
- ^{[0] ▶} 2. Hisap/vacuum dengan gelas kaca pada permukaan kulit 1-3 kali pompaan.^{[0]▶} Kemudian gerakan gelas kaca tersebut ke seluruh

tubuh bagian belakang dengan perlahan-lahan, sampai Nampak kemerahan.^[6] Hal ini cukup dilakukan selama 2-3 menit.

3. Lepas gelas kaca tersebut dan massage/urut dengan minyak but-but dan zaitun selama 2-3 menit.

d. Bekam Tarik^[6]

Metode ini hanya menghilangkan rasa nyeri atau penat di bagian dahi, kening, dan bagian yang pegal-pegal. Caranya :

^[6] Dengan menyedotkan gelas kaca secukupnya di dahi atau bagian yang pegal, kemudian ditarik berulang-ulang sampai kulit menjadi kemerahan.^[6] Tindakan ini dapat dilakukan sendiri atau dengan rileks (Fatahillah, 2009).

2.2.3 Manfaat Terapi Bekam

Dalam beberapa riwayat, Rasulullah menekankan manfaat melakukan terapi bekam sebagai berikut:

- a. Pada tahun 1985, Thomas W. Anderson menulis buku yang berjudul “100 diseases treated by Cupping Method.”^[32] Ia menegaskan bahwa bekam dapat menyembuhkan 100 penyakit.^[32] Hal ini sejalan dengan hadits yang diriwayatkan oleh imam At-Thabrani bahwa Nabi Muhammad SAW bersabda (sekitar 600 M),^[38] “Hendaklah kalian semua melakukan pengobatan dengan bekam di tengah tengkuk, karena sesungguhnya hal itu merupakan obat dari tujuh puluh dua penyakit.”

b. Dalam hadits Hasan Gharib Rasulullah bersabda, ^[6]“sebaik-baiknya

hamba adalah juru bekam, ia membuang darah, melunakkan yang keras, dan mencerahkan pandangan.”

c. Dalam hadits riwayat Bukhari Rasulullah bersabda, ^[6]“Kesembuhan

itu terdapat pada tiga hal; ^[6]yakni minum madu, sayatan alat bekam dan kay dengan api. ^[6]Sesungguhnya aku melarang umatku menggunakan kay.” (Fatahillah, 2009).

Dalam dunia medis, terdapat perbedaan pendapat tentang terapi bekam berdasarkan berbagai penelitian yang telah dilakukan terkait terapi bekam tersebut, terutama tentang manfaatnya. Beberapa penelitian yang telah dilakukan mengatakan bahwa terapi bekam tidak mempunyai keterkaitan dengan darah kotor yang menurut masyarakat non-medis dikeluarkan ketika proses terapi pembekaman berlangsung. Hal ini dikarenakan fungsi detoksifikasi (pengeluaran racun) sebenarnya sudah dilakukan oleh organ ginjal dan hati. ^[39]Sehingga walaupun ada darah yang keluar ketika proses terapi pembekaman, itu hanyalah sebagian kecil dari seluruh darah kotor yang ada di dalam tubuh dan dikeluarkan oleh organ ginjal dan hati. Namun meski demikian, banyak juga yang mengatakan bahwa terapi bekam memiliki efek yang sangat bermanfaat bagi kesehatan. ^[32]Ilmu kedokteran warisan Nabi ini ternyata di dunia medis Barat sudah lebih populer (Khaleda, 2018).

2.2.4^[6] Titik-titik Bekam

Pada dasarnya, titik-titik bekam juga merupakan perpaduan titik meridian akupunktur.^[38] Titik-titik bekam yang dikenal sebagai berikut:

[3 8] ▶
a. Ummu Mughits

Titik tersebut berada di ubun-ubun dan bermanfaat untuk mengatasi penyakit stroke, hipertensi, vertigo, dan migran

[3 2] ▶
b. Qumah duwah

Titik ini sangat bermanfaat untuk penyakit ringan dan berat seperti pandangan kabur, meningkatkan daya ingat, sakit bahu, dan tenggorokan.

[3 8] ▶
c. Al-Akhda'ain

Titik ini adalah dua urat di samping kiri dan kanan leher. Kadang-kadang, posisinya agak tersembunyi.^[38] Manfaatnya untuk mengatasi hipertensi dan stroke pada bagian kepala dan wajah.

[3 8] ▶
d. Al-Kaahil

Titik ini berada di ujung atas tulang belakang, bermanfaat untuk masalah penyakit sekitar kepala dan saraf.

[3 2] ▶
e. Al-hammah

Ini adalah titik paling atas kepala, bermanfaat untuk mengembalikan ingatan.

[3 8] ▶
f. Titik punggung

Posisinya berada di punggung kanan dan kiri, bermanfaat untuk penyakit asma, paru-paru, dan bronchitis.

[3 8] ▶
g. Titik Pinggang

Titik ini bermanfaat untuk masalah gangguan ginjal dan susah buang air kecil

[3 2] ▶
h. Titik pinggul

Bermanfaat untuyk menghilangkan rasa nyeri ketika jatuh duduk.

[3 8] ▶
i. Titik pangkal paha

Bermanfaat untuk kaki lemas atau memar karena terpukul atau terjatuh.

[3 8] ▶
j. Titik betis dan lipatan lutut

Mengatasi gangguan kandung kemih, asam urat, dan pegal linu.

[3 2] ▶
k. Titik punggung telapak kaki

Untuk masalah luka-luka paha, betis, hambatan haid, dan gatal-gatal pada buah zakar (Fatahillah, 2009).

2.2.5 Persiapan Proses Bekam

Menurut Drs. Kasmui, M.Si Hal-hal yang harus diperhatikan dalam persiapan bekam sebagai berikut:

a. Persiapan Sebelum Bekam

1. Menkosongkan perut sekitar 2-5 jam
2. Tidak boleh terlalu lapar atau kenyang
3. Perbanyak minum, terutama manis dan hangat, missal minuman madu atau susu, kecuali ada pantangan karena ada penyakit tertentu seperti diabetes
4. Tidak boleh terlalu lelah atau capek

5. Dianjurkan sebelum bekam mandi air hangat

6. Lebih baik sehari sebelumnya tidak berhubungan suami-istri.

b. Persiapan Selama bekam

1. Dianjurkan membaca bacaan dan do'a ruqyah

2. Perbanyak dzikir kepada Allah SWT.

c. Persiapan Setelah Bekam

1. Meminum air manis, kecuali bagi yang terkena diabetes

2. ^{[6] ▶} Dianjurkan mandi dengan air hangat

3. Boleh makan kurang lebih 1 jam sesudah bekam, dengan menghindari makanan dingin, asin, pedas dan asam.

4. Menghindari berjima' sehari setelah dibekam.

2.3 Asam Urat

2.3.1 ^{[33]▶} Pengertian asam urat

Asam urat adalah senyawa nitrogen yang dihasilkan dari proses katabolisme purin baik dari diet maupun dari asam nukleat endogen Deoksiribosa Nukleat Acid (DNA). ^{[33]▶} Asam urat sebagian besar diekskresikan melalui ginjal dan hanya sebagian besar diekskresi melalui ginjal dan hanya sebagian kecil melalui saluran cerna. Asam urat yang diproduksi oleh tubuh sebagian besar berasal dari metabolisme nukleotida purin endogen, guanine acid (GMP), inosinic acid (IMP), dan adenine acid (AMP). Prosesnya berlangsung melalui perubahan intermediate hypoxanthine dan guanine menjadi xanthin yang dikatalisis oleh enzim xanthin oksidase dengan produk akhir berupa asam urat (Lingga, 2012).

2.3.2^[33] Metabolisme Asam Urat

Asam urat merupakan produk akhir dari metabolisme purin yang berasal dari metabolisme dalam tubuh atau faktor endogen (genetik) dan berasal dari luar tubuh atau faktor eksogen (sumber makanan). Asam urat dikeluarkan di ginjal (70%) dan gastrointestinal (30%).

^[17] Kadar asam urat di darah tergantung pada keseimbangan produksi dan ekskresinya.^[33] Perputaran purin terjadi secara terus menerus seiring dengan sintesis dan penguraian RNA dan DNA, sehingga walaupun tidak ada asupan purin, tetap terbentuk asam urat dalam jumlah yang substansial (Lina, 2014).

^[17] Dalam serum, urat berbentuk natrium urat, sedangkan dalam saluran urin, urat berbentuk asam urat.^[17] Pada manusia normal, 18-20% dari asam nukleat yang hilang dipecah oleh bakteri menjadi CO₂ dan amoniak (NH₃) di usus serta diekskresi melalui feses.^[17] Asam urat dapat diabsorpsi melalui mukosa usus dan diekskresi melalui urin.^[17] Pada manusia, sebagian purin dalam asam nukleat yang di makan langsung diubah menjadi asam urat tanpa terlebih dahulu digabung dengan asam nukleat tubuh.^[17] Enzim penting yang berperan dalam sintesis asam urat adalah xanthine oksidase.^[17] Enzim tersebut sangat aktif bekerja dalam hati, usus halus, dan ginjal.^[17] Tanpa bantuan enzim ini, asam urat tidak dapat dibentuk (Yenrina, 2014).

^[37] Peningkatan kadar asam urat dalam serum dapat disebabkan oleh meningkatnya produk asam urat atau menurunnya pengeluaran asam urat.^[37] Apabila produksi asam urat meningkat akan terjadi peningkatan

pool asam urat, hiperurisemia, dan pengeluaran asam urat melalui urin meningkat (Yenrina, 2014).

2.3.3^[17] Peran asam urat dalam tubuh

Dalam kadar yang normal, asam urat berperan sebagai antioksidan penting dalam plasma.^[17] Sekitar 60% radikal bebas yang ada dalam serum manusia dibersihkan oleh asam urat.^[17] Asam urat bersifat larut dalam darah sehingga mampu menangkap radikal bebas superoksida, gugus hidroksil, oksigen tunggal, dan melalui chelasi terhadap logam transisi yang bersifat merusak keutuhan sel. Peran penting asam urat lenyap saat kadar asam urat berada di atas ambang batas normal. Jika kadarnya tinggi, asam urat justru berubah menjadi radikal bebas yang merusak keutuhan sel. Kerusakan sel justru dapat terjadi akibat hiperurisemia. Sebuah studi klinis pada wanita menentukan bahwa kadar asam urat di atas 5,5 mg/dL akan mengalami terjadinya disfungsi endotel. Kerusakan endotel dan sel lain akan semakin parah dan berlangsung cepat sejalan dengan peningkatan kadar asam urat (Lingga, 2014).

2.3.4^[8] Penyebab asam urat

Penyakit asam urat adalah penyakit yang timbul akibat kadar asam urat darah yang berlebihan.^[8] Penyebab kadar asam urat darah berlebih adalah produksi asam urat di dalam tubuh lebih banyak dari pembuangannya.^[22] Asam urat di dalam darah yang melebihi normalnya dibuang melalui ginjal.^[79] Air seni seseorang akan mengandung banyak asam urat jika orang itu mempunyai kadar asam urat yang tinggi di

dalam darahnya.^[79]▶ Jika seseorang yang memiliki penyakit ginjal maka pembuangan asam urat akan berkurang sehingga kadar asam urat darah menjadi tinggi (Kertia, 2009).

Penyebab utama penyakit asam urat adalah gangguan metabolisme sejak lahir, in born error of metabolism. Gangguan metabolisme ini menyebabkan kadar asam urat dalam serum menjadi tinggi. Kadar asam ini juga terganggu pada beberapa faktor, antara lain kadar purin makanan, berat badan, jumlah alkohol yang diminum, obat diuretik atau analgenik, faal ginjal dan volume urin per hari (Yenrina, 2014).

2.3.5 Tahap perkembangan asam urat

Menurut (Kertia, 2009) ada 4 tahap perkembangan asam urat yaitu:

a. Hiperurisemia asimtomatik

Hiperurisemia asimtomatik adalah kondisi saat kadar asam urat darah sudah melebihi normal, tetapi belum menimbulkan gejala penyakit sama sekali.

b. Pirai akut

Pirai akut adalah fase akut dari penyakit akibat asam urat tersebut, saat timbul gejala-gejala nyeri sendi yang hebat, sendi tampak bengkak, merah, panas, dan kaku atau sulit digerakkan, kadang badan terasa demam

c. Pirai interkrinikal

Pirai interkrinikal adalah fase setelah suatu serangan pirai akut, saat seorang penderita tidak merasakan gejala sama sekali. Pada fase ini penyakitnya terasa sembuh sehingga sering penderita tidak

mau lagi melakukan diet yang ketat dan tidak mau minum obat penurun asam urat.

d. Pirai kronis bertofus

Pirai kronis bertofus adalah suatu fase yang sudah kronis, saat didapatkan benjolan-benjolan di sekitar sendi, telinga, atau dikelopak mata yang disebut tofu. Kondisi ini terjadi karena fase pirai akut dan fase interkritikal pada umumnya terjadi silih berganti, artinya seseorang penderita pirai akan mengalami nyari sendi yang berulang kali atau kambuh-kambuhan yang akan berakhir oleh fase pirai kronis bertofus. Pada fase pirai kronis bertofus umumnya penderita akan kesakitan terus bahkan terjadi komplikasi pada ginjal, jantung, dan organ lainnya.

^[37]▶ 2.3.6 Pencegahan asam urat

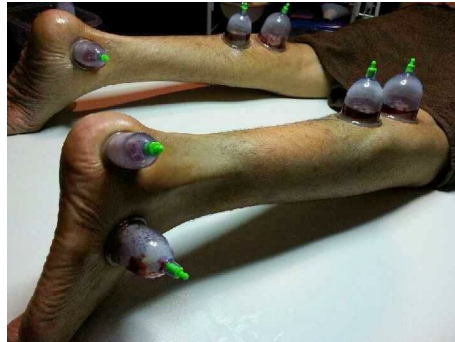
Peningkatan kadar asam urat dalam serum dapat disebabkan oleh meningkatnya produksi asam urat atau menurunnya pengeluaran asam urat. ^[37]▶ Apabila produksi asam urat meningkat, akan terjadi meningkatnya pool asam urat, hiperurisemia, dan pengeluaran asam urat melalui urin meningkat (Yenrina,2014).

^[37]▶ Penderita hipertensi dan hiperkolesterolemia cenderung berisiko terkena hiperurisemia. ^[37]▶ Penyebabnya adalah beberapa obat antihipertensi, terutama thiazide yang diduga secara tidak langsung mempengaruhi metabolisme lemak yang pada akhirnya mengurangi pengeluaran asam urat. (Yenrina,2014). ^[37]▶

Olahraga atau gerakan fisik akan menyebabkan peningkatan asam laktat. Asam laktat tersebut akan menurunkan pengeluaran asam urat.^[37]▶
^[37]▶ Namun, kenaikan asam laktat tersebut hanya berlangsung sebentar saja dan akan kembali normal dalam beberapa jam kemudian.
^[37]▶ Penumpukan asam urat disambung-sambung tulang terjadi karena proses glikolisis yang memproduksi asam laktat (Yenrina,2014).

Pembentukan asam urat dalam dunia kedokteran dapat dihambat dengan penggunaan allopurinol yang dapat menghambat enzim xantin oksidase. Tujuannya untuk mengurangi produksi asam urat (Yenrina,2014).

2.4 Mekanisme Bekam Terhadap Penurunan Asam Urat



Gambar 2.1^[8]▶ Bekam pada betis dan lipatan lutut

Mekanisme bekam dalam menurunkan kadar asam urat yaitu, melalui rangsangan pada kulit berupa sentuhan, pijatan, sayatan pisau bekam atau lancet akan menyebabkan sel mast melepaskan beberapa zat seperti, serotonin, histamin, bradikinin, slow reacting sub stance (SRS).^[65]▶ Histamin bermanfaat dalam proses perbaikan sel yang sakit, anti radang, serta memacu pembentukan reticulo endothelial cell, yang akan meningkatkan daya

resistensi dan imunitas (kekebalan) tubuh. Di sisi lain, berbagai zat yang dilepaskan akibat mekanisme bekam tersebut menyebabkan terjadinya pelebaran pembuluh darah kapiler. Reaksi itu menyebabkan terjadinya perbaikan mikro sirkulasi pembuluh darah yang memicu timbulnya efek relaksasi otot-otot yang kaku dan memperbaiki kerja ginjal, sehingga asam urat dalam darah dapat dikeluarkan melalui ginjal (Ningsih & Afriana, 2017).

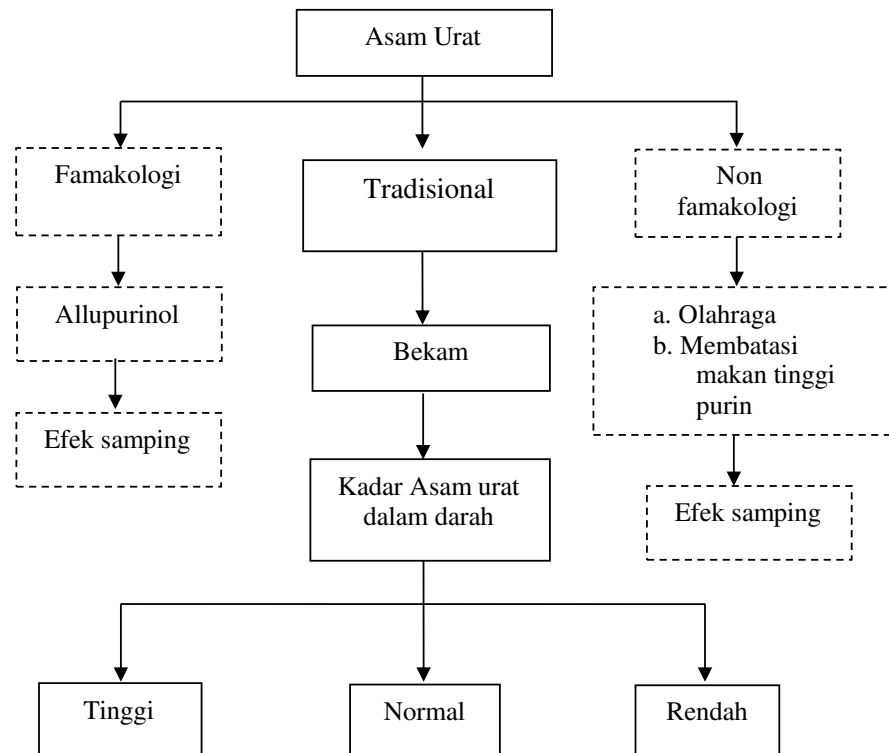
Bekam dilakukan pada titik Kaahil (tengkuk), kedua bahu dan daerah punggung setinggi ginjal kanan dan kiri hal ini dimaksudkan untuk membuang toksin dan hasil metabolit lain (asam urat, kolesterol, dll) yang sudah rusak dan menjadi sampah yang merusak bagi tubuh. Selain itu juga bertujuan untuk memperbaiki fungsi ginjal sehingga dapat memetabolisme dan membuang kelebihan asam urat dengan lebih baik, Titik asam urat di punggung telapak tangan, titik asam urat di kaki jika memang keluhan di kaki. Karena mengandung senyawa garam, maka asam urat sering mengendap di kaki. Maka titik bekamnya Zhohrul Qodam (di punggung kaki). Dan titik bekam lainnya adalah titik Iltiwa' (di bawah mata kaki bagian dalam). Bekam melalui zat nitrit oksida (NO) berfungsi mengurangi pembengkakan sendi yang sakit dan membuang zat prostaglandin dari tempat yang sakit sehingga akan mengurangi rasa sakit, bekam juga memicu sekresi zatendorfin dan enkefalin di dalam tubuh yang berfungsi sebagai pereda nyeri alami. Bekam meredakan rasa nyeri dengan Gate Control Theory, jika ada masalah lain di dalam tubuh, yang menjadi penyebab terjadinya gout, seperti sakit ginjal, maka terapi bekam membantu meningkatkan kemampuan kerja ginjal dalam mengeluarkan kristal asam urat dalam urine (Ningsih & Afriana, 2017).

BAB 3

KERANGKA KONSEPTUAL

^[23] 3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya, atau antara variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin diteliti (Notoatmodjo, 2010).



Gambar 3.1^[10] Kerangka konsep penelitian

Keterangan:

 : Variabel yang diteliti

 : Variabel yang tidak diteliti

3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual

Penanganan penderita asam urat dapat dibagi menjadi 3 yaitu dengan cara alternatif.^[0] farmakologi, dan secara non farmakologi. Dengan alternatif menggunakan cara bekam diawali dengan memberikan rangsangan berupa sentuhan, pijatan dan sayatan pisau bekam akan memicu pelebaran pembuluh darah kapiler. Reaksi ini akan memperbaiki kerja ginjal, sehingga asam urat akan keluar melalui ginjal dan asam urat dalam darah akan turun. Penanganan dengan cara farmakologi dapat menggunakan obat seperti :^[79] allupurinol, tetapi obat ini memiliki efek samping yang tidak sedikit.^[79] Efek samping yang paling sering muncul adalah gangguan gastrointestinal, reaksi hipersensitivitas, dan ruam kulit.^[79] Reaksi hipersensitivitas dapat terjadi bahkan setelah pengobatan selama beberapa bulan atau tahun (Nugraha, 2014).. Sedangkan non farmakologi salah satunya olahraga atau gerak fisik. Olahraga dapat menyebabkan peningkatan asam laktat. Asam laktat tersebut akan menurunkan pengeluaran asam urat.^[37] Namun, kenaikan asam urat ini hanya berlangsung sebentar saja dan akan kembali normal dalam beberapa jam kemudian. Penumpukan asam urat disambung-sambung tulang terjadi karena proses glikolisis yang memproduksi asam laktat (Yenrina,2014).^[3]

BAB 4

METODE PENELITIAN

^[18]▶ 4.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah suatu yang vital dalam penelitian yang digunakan sebagai petunjuk peneliti dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian untuk mencapai suatu tujuan atau menjawab suatu pertanyaan (Nursalam, 2010).^[36]▶ Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif.^[0]▶ Peneliti menggunakan desain ini, karena peneliti ingin mengetahui kadar asam urat sesudah bekam basah pada pra lansia di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi.

^[0]▶ 4.2 Waktu dan Tempat Penelitian

^[0]▶ 4.2.1 Waktu penelitian

Penelitian ini mulai dilakukan dari perencanaan (penyusunan proposal) sampai dengan penyusunan laporan akhir, sejak bulan April sampai bulan Agustus 2019.

^[0]▶ 4.2.2 Tempat penelitian

Tempat penelitian ini akan dilakukan di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi kemudian akan dilakukan pemeriksaan darah di Klinik Merah Putih Jl Ronggowarsito No 98 A, Ngadirejo, Central Karang Kecamatan Ngawi Kabupaten Ngawi.

^[3]▶ 4.3 Populasi, Sampel dan Sampling

^[3]▶ 4.3.1 Populasi

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Nasir, Muhith & Ideputri, 2011).^[1]▶ Populasi dalam penelitian ini adalah pra lansia di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi. sebanyak 40 orang.

^[29]▶ 4.3.2 Sampling

Sampling adalah proses penyeleksi porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada (Nursalam, 2008).^[4 4]▶ Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Purposive sampling.

^[3]▶ 4.3.3 Sampel

Sampel adalah sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoadmojo, 2010).^[2]▶ Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi.

^[0] ▶ a. Kriteria inklusi sampel sebagai berikut:

1. Pra lansia yang berusia 45-59 tahun
2. Pra lansia yang memiliki keluhan linu dan pegal
- ^[0] ▶ 3. Pra lansia yang tidak pernah melakukan bekam

[0] ▶

4. Pra lansia yang bersedia di terapi bekam basah.

5. Pra lansia yang bersedia di ambil darahnya sesudah bekam basah.

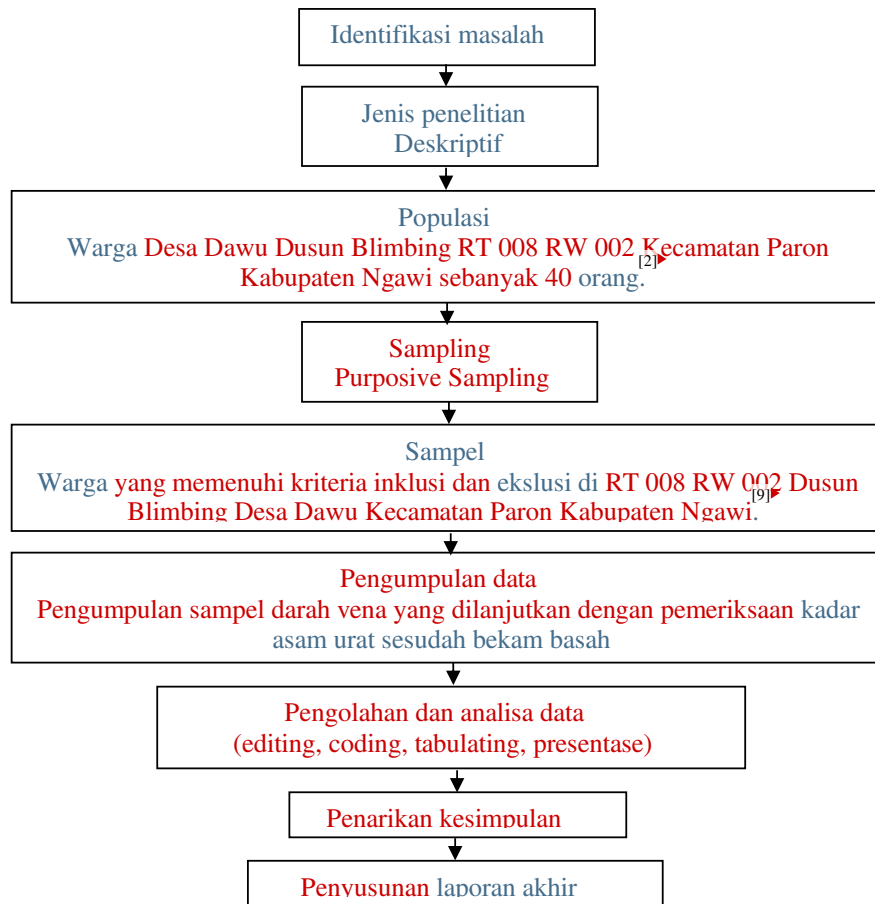
b. Kriteria eksklusi sampel sebagai berikut:

1. Memiliki luka di punggung dan di kaki
2. Penderita anemia dan hemofilia.

^[3]▶
4.4 Kerangka Kerja (Frame Work)

Kerangka kerja merupakan langkah-langkah dalam aktivitas ilmiah, mulai dari penetapan populasi, sampel dan seterusnya, yaitu sejak awal dilaksanakan penelitian (Nusalam, 2010).^[3]▶

Kerangka kerja dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 4.1 Kerangka kerja dari gambaran kadar asam urat sesudah bekam basah pada pra lansia

^[2]▶ 4.5 Variable penelitian dan Definisi Operasional Variabel

^[25]▶ 4.5.1 Variabel Penelitian

Variable adalah suatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang sesuatu konsep pengertian tertentu (Notoatmodjo, 2010).

^[0]▶ Variabel pada penelitian ini adalah kadar asam urat sesudah bekam basah pada pra lansia. ^[2]▶

4.5.2^[15] Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional berdasarkan kriteria yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi dan pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena (Nasir, Muhith & Ideputri, 2011).

Tabel 4.1^[2] Definisi Operasional Gambaran Kadar Asam Urat Sesudah Bekam Basah Pada Pra Lansia

No	Variable	Definisi Operasional	Indikator Parameter	Instrument /Alat ukur	Skala	Kategori
1.	Kadar asam urat sesudah bekam basah	Kadar asam urat dalam darah sesudah bekam basah	Nilai asam urat dalam satuan mg/dl	Automatic analyzer	Ordinal	Laki-laki = Tinggi 3,6–8,2 mg/dl Normal 3,6–8,2 mg/dl Rendah 3,6–8,2 mg/dl Perempuan = Tinggi 2,3–6,1 mg/dl Normal 2,3–6,1 mg/dl Rendah 2,3–6,1mg/dl

4.6^[12] Instrumen Penelitian dan Prosedur Penelitian

4.6.1^[77] Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yaitu suatu alat yang digunakan untuk memperoleh informasi dan responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui (Arikunto, 2008)^[10]. Pada penelitian ini instrument yang digunakan untuk data penunjang penelitian adalah lembar kuesioner, sedangkan instrumen utama adalah pemeriksaan kadar asam urat, alat dan bahan yang digunakan untuk pemeriksaan kadar asam urat adalah sebagai berikut :

a. Alat

- | | |
|--------------------|---------------|
| 1) Kapas | 5) Label |
| 2) Tourniquet | 6) Rak tabung |
| 3) Sduit | 7) Centrifuge |
| 4) Tabung serologi | |

b. Bahan

- 1) Alkohol 70%
- 2) Aquades
- 3) Serum
- 4) Reagen asam urat

4.6.2 Prosedur Pengambilan Bahan

[3] ▶

a. Cara pengambilan darah vena

[0] ▶

1. Memfiksasi lengan responden, kemudian memasang tourniquet ± 10 cm dari siku.

[0] ▶

2. Memberikan antiseptik dengan alkohol 70% pada kulit sekita tempat pengambilan darah (vena mediana cubiti).

[0] ▶

3. Melakukan penusukan pada vena dengan posisi jarum 30% dari permukaan kulit, apabila darah terlihat mengalir kedalam spuit, toraks ditarik pelan hingga darah keluar sesuai dengan kebutuhan.

[0] ▶

4. Melepaskan tourniquet lalu mengeluarkan jarum secara pelan-pelan, menutup bekas tusukan dengan kapas kering lalu diplester (Gandasoebrata, 2013).

b. Cara pembuatan serum

1. Mendinginkan darah yang dimasukkan tabung selama 10-20 menit.
2. ^{[0] ▶} Mencentrifuge darah selama 15 menit dengan kecepatan 3000 rpm
3. ^{[0] ▶} Memisahkan serum dari endapan sel darah merah atau filtratnya dengan cara dipeipet dan ditampung dalam tabung reaksi yang bersih dan kering.

c. Cara pemeriksaan asam urat

1. Menekan “log on”^{[1]▶} untuk membuka kunci pada layar
2. ^{[1] ▶} Memasukkan nama dan password lalu “enter”
3. Mengklik “Order”^{[1]▶} lalu ketik nama pasien. Lalu menekan tanda “ ”
4. ^{[1] ▶} Mengklik parameter yang akan diperiksa yaitu asam urat pada layar lalu menekan tanda “√”
5. ^{[0] ▶} Memasukkan sampel pada lubang sampel saat lampu menyala
6. Menekan “start”^{[1]▶} dan menunggu alat bekerja sampai saat lampu menyala.

^{[9]▶} 4.7 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

^{[40]▶} 4.7.1 Teknik Pengolahan Data

Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengolahan data melalui tahapan editing, coding, tabulating.

^[9]▶
a. Editing

Adalah kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan isian formulir atau kuesioner (Notoatmojo, 2010).^[3]▶ Dalam editing ini akan diteliti adalah kelengkapan pengisian formulir kuesioner.

^[3] ▶
b. Coding

Adalah kegiatan mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoatmojo, 2010).

^[3]▶ Pada penelitian ini, peneliti memberikan kode sebagai berikut:

Data umum :

1. Responden

Responden no. ^[12] ▶ 1	kode R1
Responden no. ^[12] ▶ 2	kode R2
Responden no. N	kode Rn

2. Jenis Kelamin

Laki-laki	kode L
Perempuan	kode P

3. Usia

45-49 tahun	kode U1
50-54 tahun	kode U2
55-59 tahun	kode U3

^[9] ▶
c. Tabulating

Adalah membuat tabel data sesuai dengan tujuan penelitian atau yang diinginkan oleh peneliti (Notoatmojo, 2010).^[3]▶ Dalam penelitian ini data disajikan dalam bentuk

tabel sesuai dengan jenis variabel yang diolah dan menggambarkan hasil dari pemeriksaan kadar asam urat sebelum bekam dan sesudah bekam.

4.7.2^[10] Analisa data

Analisa data merupakan kegiatan pengolahan data setelah terkumpul dari hasil pengumpulan data (Arikunto, 2008)^[3]. Analisa data dalam penelitian ini akan disajikan dalam bentuk tabel yang menunjukkan peningkatan kadar asam urat sehingga menggambarkan karakteristik dan tujuan penelitian, dari masing-masing hasil yang diperoleh akan dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Persentase

f^[4] : Frekuensi sampel kadar asam urat yang diperiksa

N^[3] : Jumlah sampel yang diteliti

Setelah diketahui persentase perhitungan, kemudian ditafsirkan dengan kriteria sebagai berikut : (Arikunto, 2010)

100%	: Seluruh responden
76-99%	: Hampir seluruh responden ^[9]
51-75%	: Sebagian besar responden ^[9]
50%	: Hampir setengah responden ^[9]
26-49%	: Hampir setengah responden
0%	: tidak ada satupun responden ^[27]

^[9]▶ 4.8 Etika penelitian

Dalam penelitian ini mengajukan permohonan pada instansi terkait mendapatkan persetujuan, setelah disetujui dilakukan pengambilan data, dengan menggunakan etika sebagai berikut:

^[9]▶ 4.8.1 Informed consent (Lembar Persetujuan)

Informed consent diberikan sebelum penelitian dilakukan pada subjek penelitian. ^[9]▶ Subjek diberi tahu tentang maksud dan tujuan penelitian. ^[9]▶ Jika subjek tersedia responden menandatangani lembar persetujuan.

^[3]▶ 4.8.2 Anonymity (Tanpa Nama)

Responden tidak perlu mencantumkan namanya pada lembar pengumpulan data. Cukup menuliskan nomor responden atau inisial saja untuk menjamin kerahasiaan identitas.

^[0]▶ 4.8.3 Confidentiality (Kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi yang diperoleh dari responden akan dijamin kerahasiannya oleh peneliti. ^[0]▶ Penyajian data atau hasil penelitian hanya ditampilkan pada forum akademis. ^[1]▶

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dijelaskan hasil penelitian yang dilaksanakan di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi pada tanggal 9 Agustus 2019 dengan jumlah responden sebanyak 12 responden.^[1] Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian yaitu menggunakan data umum dan data khusus.^[1] Dalam data umum memuat data – data tentang umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan konsumsi makanan tinggi purin sedangkan data khusus yaitu kadar asam urat sesudah terapi bekam pada pasien terapi bekam di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi.

^[2] 5.1 Hasil Penelitian

^[2] 5.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Wilayah Desa Dawu, Kecamatan Paron, Kabupaten Ngawi yang terdiri dari 3 Dusun dengan jumlah penduduk 3.534 orang.^[2] Gambaran geografisnya yaitu berupa kumpulan rumah yang agak padat sehingga jarak antara rumah yang satu dengan yang lainnya cukup dekat. Desa Dawu memiliki 2 tenaga kesehatan yaitu bidan, yang masing – masing memiliki tempat praktik di desa Dawu. Setiap satu bulan sekali diadakan posyandu balita dan posyandu lansia di balai desa Dawu. Di sebelah balai desa Dawu ada Poli Unit Desa sebagai pusat kesehatan masyarakat desa Dawu.

5.1.2 Data Umum

Berikut ini adalah data umum penelitian yang meliputi:

^[1]▶ a. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur

Berikut ini merupakan karakteristik responden berdasarkan umur diuraikan dalam tabel 5.1 dibawah ini :

Tabel 5.1^[1] Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi Agustus 2019

Umur	Jumlah (orang)	Persentase (%)
45 – 49	5	42
50 – 54	4	33
55 – 59	3	25
Jumlah	12	100

Sumber : ^[1]▶ Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 5.1^[1] menunjukkan hampir setengah responden dengan umur 45 – 50 tahun yaitu 5 responden (42%).

^[1]▶ b. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin

Berikut ini merupakan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin diuraikan dalam tabel 5.2 dibawah ini :

Tabel 5.2^[1] Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi Agustus 2019

Jenis kelamin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Laki – Laki	2	17
Perempuan	10	83
Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 5.2^[91]▶ menunjukkan hampir seluruh responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu 10 responden (83%).

^[102]▶
c. **Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan**

Berikut ini merupakan karakteristik responden berdasarkan pendidikan diuraikan dalam tabel 5.2 dibawah ini :

Tabel 5.3^[2]▶ **Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi Agustus 2019**

Pendidikan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
SD	5	42
SMP	2	17
SMA	1	8
PT	0	0
Tidak Sekolah	4	33
Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 5.3^[18]▶ menunjukkan hampir setengah responden memiliki pendidikan SD yaitu 5 responden (42%).

^[62]▶
d. **Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan**

Berikut ini merupakan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan diuraikan dalam tabel 5.2 dibawah ini :

Tabel 5.4^[1]▶ **Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi Agustus 2019**

Pendidikan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
PNS	0	0
TNI/POLRI	0	0
Swasta	0	0
Wiraswasta	0	0
Petani	9	75
IRT	3	25
Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 5.4^[26]▶ menunjukkan sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai petani yaitu 9 responden (75%).

^[11] e. Distribusi frekuensi responden berdasarkan makan – makanan yang tinggi purin

Berikut ini merupakan karakteristik responden berdasarkan makan – makanan yang tinggi purin diuraikan dalam tabel 5.3 dibawah ini:

Tabel 5.5^[1] Distribusi frekuensi responden berdasarkan makan – makanan yang tinggi purin di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi Agustus 2019

Makan – makanan tinggi purin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Tidak pernah	0	0
Jarang	2	17
Sering	4	33
Selalu	6	50
Jumlah	12	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 5.5^[45] menunjukkan hampir setengah responden mengkonsumsi makan – makanan yang tinggi purin yaitu 6 responden (50%).

5.1.3^[1] Data khusus

Kadar asam urat responden sesudah bekam basah di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi yang diuraikan dalam tabel 5.6 dibawah ini

Tabel 5.6^[1] Distribusi frekuensi responden berdasarkan kadar asam urat sesudah bekam basah di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi Agustus 2019

Kategori	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Rendah	0	0
Normal	7	58
Tinggi	5	42
Jumlah	12	100

Sumber :^[0] Data Primer 2019

Berdasarkan Tabel 5.6^[16] menunjukkan bahwa dari 12 responden sebagian besar responden yaitu 7 responden (58%) memiliki kadar asam urat normal setelah kurang dari 1 jam dilakukannya bekam basah.

^[1] 5.2 Pembahasan

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran kadar asam urat sesudah bekam basah pada pra lansia di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi.^[10] Jumlah seluruh responden yaitu 12 orang yang telah memenuhi kriteria inklusi.^[41] Kadar asam urat dalam darah dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan konsumsi makanan tinggi purin.

Berdasarkan tabel 5.1^[1] menunjukkan bahwa dari 12 responden hampir setengah responden dengan umur 45 - 50 tahun yaitu 5 responden (42%), hampir setengah responden dengan umur 50 – 54 tahun yaitu 4 responden (33%), dan sebagian kecil responden dengan umur 55 – 59 tahun yaitu 3 responden (25%).

^[1] Menurut hasil penelitian terhadap 12 responden terdapat 5 responden dengan umur 45 – 50, 4 responden dengan umur 50 – 54, dan 3 responden dengan umur 55 – 59 tahun. Dimana usia di atas 50 tahun adalah usia yang memiliki resiko kadar asam urat tinggi. Berdasarkan data observasi ada 7 responden yang memiliki usia di atas 50 tahun.

Tingginya penyakit asam urat menyerang usia diatas 50 tahun disebabkan oleh beberapa hal. Salah satunya adalah karena gaya hidup zaman sekarang

yang serba instan. Sebenarnya “bibit” asam urat atau gejala penyakitnya sudah muncul ketika muda, namun selalu diabaikan sehingga menjadi lebih parah pada usia tua. Selain itu, penyebab tingginya angka penyakit asam urat pada usia tua adalah karena adanya pola hidup tidak sehat (Ningsih & Afriana, 2017).

Berdasarkan tabel 5.2^[1] menunjukkan hampir seluruh responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu 10 responden (83%) dan sebagian kecil responden dengan jenis kelamin laki – laki yaitu 3 responden (17%).

^[41] Menurut penelitian jenis kelamin sangat mempengaruhi kadar asam urat yang tinggi. Karena laki-laki memiliki sedikit hormon estrogen sedangkan pada wanita lebih rentan terkena asam urat pada saat masa menopause hal ini disebabkan karena pada wanita mulai mengalami penurunan level esterogen.

Ndede et al.^[45] menyatakan bahwa jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian gout arthritis. Hal ini dikarenakan pada perempuan terjadi penurunan hormon estrogen pada waktu memasuki usia 45 tahun sehingga resiko terjadinya gout arthritis meningkat.

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan hampir setengah responden memiliki pendidikan SD yaitu 5 responden (42%), hampir setengah responden tidak sekolah yaitu 4 responden (33%), sebagian kecil responden memiliki pendidikan SMP yaitu 2 responden (17%), dan sebagian kecil responden memiliki pendidikan SMA yaitu 1 responden (8%).

Menurut penelitian tingkat pendidikan sangat berpengaruh terhadap hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan kadar asam urat. Semakin tinggi pendidikan didapatkan kadar asam urat semakin normal.

Menurut Fadlilah (2018) semakin baik pengetahuan tentang asam urat maka kadar asam urat semakin normal.^[16] Hal ini bisa terjadi karena masyarakat yang mengetahui hal-hal yang berhubungan dengan asam urat seperti definisi asam urat, faktor-faktor yang mempengaruhi kadar asam urat, tanda gejala asam urat, penatalaksanaan asam urat, dan pola makan yang dapat meningkatkan kadar asam urat. Seseorang yang memiliki pengetahuan tinggi akan mudah menerima dan mengelolah informasi yang diterima sehingga dapat mengetahui dan memahami tentang asam urat.

Berdasarkan tabel 5.4^[2] menunjukkan sebagian besar responden memiliki pekerjaan sebagai petani yaitu 9 responden (75%) dan sebagian kecil responden memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga yaitu 3 responden (25%).

Menurut hasil penelitian dari 12 responden terdapat 9 responden yang memiliki pekerjaan sebagai petani. Berdasarkan penelitian sebagian besar petani banyak mengolah makanan dan sayuran yang berasal dari kebun mereka sendiri.

Rata-rata petani belum mengetahui bahwa sayuran yang mereka tanam memiliki kadar purin yang tinggi. Untuk meminimalkan biaya kehidupan sehari-hari mereka selalu mengolah produksi mereka sendiri. Sebagian besar petani juga memiliki kecenderungan suka mengkonsumsi minuman kopi dan teh yang berasa manis dengan tujuan untuk menambah tenaga. Tingginya kandungan fruktosa dalam the dan kopi berisiko untuk meningkatkan terjadinya asam urat (Ningsih & Afriana, 2017).

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan hampir setengah responden selalu mengkonsumsi makan – makanan tinggi purin yaitu 6 responden (50%), hampir setengah responden sering mengkonsumsi makan – makanan tinggi purin yaitu 4 responden (33%), dan sebagian kecil responden jarang mengkonsumsi makan – makanan tinggi purin yaitu 2 responden (17%).

^[8]▶ Menurut penelitian penyebab asam urat yaitu mengkonsumsi makan – makanan tinggi purin, dimana makanan pasien pada penelitian ini rata-rata memakan makanan berupa ikan ikan teri, daging ayam, hati ayam, kangkung, bayam, dan kacang kacang.

^[8]▶ Menurut Ningsih & Afriana (2017) makanan yang berasal dari laut dan makanan kacang - kacang merupakan makanan yang memiliki kadar purin yang tinggi dimana saat makanan itu masuk kedalam tubuh, tubuh tidak mampu memetabolisme kadar purin yang terlalu tinggi sehingga purin yang tinggi akan menumpuk menjadi kristal dan menyebabkan terjadinya asam urat

Berdasarkan tabel 5.6 ^[8]▶ menunjukkan bahwa dari 12 responden sebagian besar responden yaitu 7 responden (58%) memiliki kadar asam urat normal setelah kurang dari 1 jam dilakukannya bekam basah. Hal ini sesuai dengan ^[41]▶ penelitian yang dilakukan oleh putri (2019) yaitu dari 32 responden sebagian besar yaitu sebanyak 17 (53,1%) responden memiliki kadar asam urat normal.

^[8]▶ Menurut penelitian setelah dilakukan bekam basah selama 20 - 30 menit lalu setelah selang waktu kurang dari 1 jam diperiksa kadar asam urat akan mempengaruhi kadar asam urat dalam darah, hal ini dapat dibuktikan dengan penelitian yang telah dilakukan dengan hasil sebagian besar responden

memiliki kadar **asam urat normal**, di samping itu responden mengungkapkan nyeri yang dirasakan juga berkurang dan badan terasa ringan setelah dilakukan bekam basah.^[41]

Terapi bekam dapat **mempengaruhi kadar asam** dalam darah, namun dari 12 responden terdapat 5 responden yang **memiliki kadar asam urat yang tinggi**, peneliti berasumsi responden yang **memiliki kadar asam urat tinggi** berada pada kategori usia 50 tahun dan memiliki pendidikan yang rendah.

Tingginya penyakit asam urat menyerang usia diatas 50 tahun disebabkan oleh beberapa hal. Salah satunya adalah karena gaya hidup zaman sekarang yang serba instan. Sebenarnya “bibit” asam urat atau gejala penyakitnya sudah muncul ketika muda, namun selalu diabaikan sehingga menjadi lebih parah pada usia tua. Selain itu, penyebab tingginya angka penyakit asam urat pada usia tua adalah karena adanya pola hidup tidak sehat. Asuhan makanan tidak terkontrol, lalu terjadilah penumpukan nutrisi didalam tubuh. Hal ini juga yang mengakibatkan kerja ginjal menjadi berat, sehingga terjadi pengendapan asam urat. Kondisi ini juga dikaitkan dengan metabolisme tubuh pada usia diatas 50 tahun sudah menurun sehingga pengendapan asam urat semakin meningkat.^[65] **Sekitar 90% penyakit asam urat disebabkan karena ginjal yang tidak mampu mengeluarkan asam urat dengan sempurna melalui air seni** (Ningsih & Afriana, 2017).

^[8] Terapi bekam dapat menurunkan **kadar asam urat dalam darah, yaitu melalui rangsangan pada kulit berupa sentuhan, pijatan, sayatan pisau bekam atau lancet akan menyebabkan sel mast melepaskan beberapa zat seperti,**

serotonin, histamin, bradikinin, slow reacting sub stance (SRS) (Ningsih & Afriana, 2017)..

Efek dari terapi bekam terhadap asam urat yaitu bekam bisa mengeluarkan kristal asam urat dari persendian dan jaringan di sekitarnya, sehingga rasa nyeri berkurang dan tidak terjadi peradangan, warna merah, atau pembengkakan pada persendian. Bekam melalui zat nitrit oksida (NO) berfungsi mengurangi pembengkakan sendi yang sakit, bekam membuang zat prostaglandin dari tempat yang sakit sehingga mengurangi rasa sakit, di samping itu bekam memicu sekresi zat endofrin dan enkefalin di dalam tubuh yang berfungsi sebagai pereda nyeri alami. Terapi bekam dapat menurunkan kadar asam urat, karena dengan bekam zat – zat yang berbahaya bagi tubuh dapat dikeluarkan. Jika asam urat meningkat terus akan terjadi gout arthritis kronis yang ditandai serangan nyeri terus menerus. Timbulnya asam urat di ginjal akan menyebabkan batu asam urat yang ditandai nyeri hebat di daerah pinggang dan bila berlanjut dapat mengganggu fungsi ginjal tersebut (Putri, 2019).^[0]▶

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

^[0]▶ 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan di RT 008 RW 002 Dusun Blimbing Desa Dawu Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi yang berjudul “ Gambaran Kadar Asam Urat Sesudah Bekam Basah Pada Pra Lansia”, didapatkan hasil sebagian besar responden yaitu 7 responden (58%) memiliki kadar asam urat normal setelah kurang dari 1 jam dilakukannya bekam basah.

6.2 Saran

6.2.1 Institusi Kesehatan

Bagi para pra lansia disarankan untuk melakukan terapi bekam sebagai obat alternatif untuk mengobati penyakit asam urat. ^[64]▶ Dan diharapkan untuk selalu menjaga pola makan.

6.2.2 Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan untuk melanjutkan dalam bentuk analitik (membandingkan) yaitu dengan melakukan perlakuan sebelum dan sesudah dilakukan bekam basah.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtar H, Rashid M, Siddiqi M & Ahmad Q, 2017. Role of Hijama ' (Cupping Therapy) in the Management of Niqras (Gouty Arthritis), Journal of Arthritis, DOI: 10.4172/2167-7921.1000256.
- Arikunto S, 2008. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Edisi Revisi, Rineka Cipta, Jakarta.
- Budiono A, Manampiring A & Bodhi W, 2016. Hubungan kadar asam urat dengan status gizi pada remaja di Kecamatan Bolangitang Barat Kabupaten Bolaang Mongondow Utara, *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, Volume 4, Nomor 2, Juli-Desember 2016.
- Fatahillah A, 2009.^[46] **Keampuan Bekam Pencegahan dan Penyembuhan Penyakit Warisan rasullah**, QultumMedia, Jakarta.
- Gandasoebrata R, 2013. *Penuntun Laboratorium Klinik*, Dian Rakyat. Jakarta.
- Hastuti V, Murbawani E, & Wijayanti H, 2018.^[8] **Hubungan Asupan Protein Total Dan Protein Kedelai Terhadap Kadar Asam Urat Dalam Darah Wanita Menopause**, *Journal Of Nutrition College*, Vol 7, Nomor 2, Tahun 2018, Halaman 54-60.
- Jaliana, Suhadi & Sety, 2018. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Asam Urat Pada Usia 20-44 Tahun Di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017, *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, vol 3/NO. 2/April 2018; ISSN 2502-731X.
- Kasmui, *Bekam Menurut Sunnah Nabi*, Komunitas Thibbun Nabawi 'Isyfi', Gang Jatisari 2, RT 2-RW 2 Patemon, Gunungpati, Semarang 50228.
- Khaleda S, 2018. *Terapi Hijamah (Bekam) Menurut Pendekatan Sejarah Dan Sunah*, Universitas Islam Negeri Sumatra Utara, Medan.
- Kemenkes RI, 2010. *Pedoman Pemeriksaan kimia klinik*, <http://www.aponodubalang.files.wordpress.com/2012/01/kmk-no-1792-ttg-pemeriksaan-kimia-klinik-1.pdf>. (diakses 9 Juli 2019)
- Kertia N, 2009. *Asam Urat*, Bentang pustaka, Yogyakarta.
- Lingga L, 2012. *Bebas Penyakit Asam Urat tanpa Obat*, AgroMedia Pustaka, Jakarta Selatan.
- Lina L, 2012. *Analisa Kebiasaan Makan Yang Menyebabkan peningkatan Kadar Asam Urat*.
- Ningsih N & Afriana N, 2017.^[8] **Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Asam Urat Pada Penderita Hiperurisemia DI Ruumah Sehat khaira Bangkinang**, Vol 1, No 2, Oktober 2017; ISSN 2580-2194.

- Nasir A, muhith A & Ideputri M E, 2011.^[3] **Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan, Mulia Medika, Yogyakarta.**
- Notoadmodjo S, 2010.^[40] **Metodologi Penelitian Kesehatan, Rineka Cipta, Jakarta.**
- Nugraha Y, 2014.^[8] **Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Pria dewasa Madya Di Wilayah Kerja Puskesmas Palembang Kabupaten Jember, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember, Jember.**
- Nursalam, 2010.^[93] **Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Salemba Medika, Jakarta.**
- Prayogi G, 2017. Kadar Asam Urat pada Wanita Menopause, Sekolah Tinggi ilmu kesehatan Insan Cendekia Medika, Jombang.
- Riskesdas, 2018. Prevalensi Penyakit Sendi berdasarkan Diagnosis.
- Yenrina R, Krisnatuti D & Rasjmida D, 2014. Diet Sehat Untuk Penderita Asam Urat, Penebar Swadaya, Jakarta.