

PENGARUH TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN NYERI KEPALA PADA PENDERITA HIPERTENSI

Nurul Hidayati Valentina¹ Inayatur Rosyidah² Ruliati³

¹²³STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

¹²³email: nurulvalen1@gmail.com ²email: inrosyi@gmail.com ³email: nengruliati@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Nyeri Kepala merupakan salah satu kelainan neurologis yang paling sering dijumpai dan merupakan masalah global yang terjadi di seluruh masyarakat. Nyeri kepala lazim ditemukan pada penderita hipertensi. Hipertensi banyak dijumpai dikalangan masyarakat. sampai saat ini nyeri kepala hipertensi masih menjadi masalah yang terjadi disekitar kita, karena hal itu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Seiring kemajuan teknologi banyak metode pengobatan yang berkembang. Salah satu diantaranya adalah terapi bekam, namun terapi bekam belum menjadi salah satu cara alternative untuk pengobatan tersebut. **Metode:** Pada jurnal penelitian ini paling banyak menggunakan design penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan purposive dan probability sampling. Menggunakan Instrument VAS (Visual Assesment Scale) dan menggunakan analisis paired t-test. **Hasil dan Analisis:** bahwa Skala nyeri migraine dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah jenis kelamin memiliki pengaruh pada skala nyeri migraine, Nyeri ditandai dengan seringnya serangan dengan intensitas sedang hingga parah. Ini terkait dengan gejala otonom dan juga membatasi aktivitas sehari-hari. Selain obat-obatan, metode pengobatan komplementer salah satunya terapi bekam (*hijamah*) banyak digunakan di seluruh dunia karena efek samping dari perawatan farmakologis. Pada penggunaan terapi bekam Skala nyeri intensitas nyeri menurun hingga 4-2. **Kesimpulan** Pada penelitian sebelumnya menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri kepala dengan terapi bekam. **Saran** Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk sumber bacaan data dasar dan literature untuk mengembangkan suatu penelitian selanjutnya. Hasil penelitian ini bisa digunakan untuk memberikan informasi ilmiah serta tambahan sebagai salah satu pengobatan alternative untuk meningkatkan kualitas dan layanan kesehatan.

Kata Kunci : Bekam, Nyeri Kepala, Hipertensi

THE EFFECT OF CLOSING THERAPY ON THE REDUCTION OF HEAD PAIN IN HYPERTENSION PATIENTS

ABSTRACT

Introduction: Headaches are one of the most common neurological disorders and are a global problem that occurs throughout society. Headaches often occur in people with hypertension. Hypertension is common in the community. Until now, hypertension headaches are still a problem that occurs around us, because they can interfere with daily activities. As technology advances, many treatment methods are developed. One of them is cupping therapy, but cupping therapy is still not an alternative treatment. **Methods:** Most research journals use a quasi-experimental research design using purposive and probability sampling. Using the VAS (Visual Assessment Scale) instrument and using paired t-test analysis. **Results and analysis:** that the scale of migraine pain is influenced by several factors, one of which is gender which affects the scale of migraine pain. Pain is characterized by frequent attacks of moderate to severe intensity. It is associated with autonomic symptoms and also limits daily activities. Apart from medicine, complementary

*medicine methods, one of which is cupping therapy (hijamah), are widely used around the world because of the side effects of pharmacological treatment. **Conclusion:** Previous studies have shown a significant effect in reducing headaches with cupping therapy. **Suggestion.** The results of this study can be used as a source of reading basic data and literature to develop further research. The results of this study can be used to provide additional scientific information as well as an alternative medicine to improve quality and health services.*

Key words: *Cupping, Headache, Hypertension*

PENDAHULUAN

Nyeri Kepala yaitu suatu bentuk kelainan neurologis yang paling banyak dijumpai dan merupakan masalah global yang terjadi di seluruh masyarakat. Nyeri kepala dapat menyerang siapa saja tanpa membedakan umur maupun jenis kelamin. Hal ini tidak hanya menyakitkan namun juga menyebabkan gangguan multidimensional. Nyeri kepala lazim ditemukan pada penderita hipertensi. Hipertensi banyak dijumpai dikalangan masyarakat. Hingga sekarang nyeri kepala hipertensi masih menjadi masalah yang terjadi disekitar kita, karena hal itu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Hidayati, 2016). Fenomena yang terjadi di masyarakat saat ini yaitu kejenuhan mengkonsumsi obat-obatan untuk mengontrol nyeri.

Data WHO(2018) menyebutkan bahwa penyakit hipertensi menyerang 22% penduduk dunia, estimasi jumlah kasus hipertensi Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian akibat hipertensi serta komplikasinya sebesar 427.218. Menurut data RISKESDAS (2018) menyatakan prevalensi hipertensi di Jawa Timur sebesar 36,3% atau sekitar 185.857 orang. Hipertensi berada di urutan nomor 2 dari 10 penyakit terbanyak di Kabupaten Magetan, salah satunya di Desa Prampelan. Prevalensi penduduk yang menderita hipertensi sebanyak 6,8%. Berdasarkan hasil pre survey data yang dilakukan di Posbindu Desa Prampelan, didapatkan jumlah anggota sebanyak 55 orang, 37 orang diantaranya menderita hipertensi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti

pada tanggal 1 maret 2020 melalui wawancara terhadap 7 penderita hipertensi dan dilakukan pengukuran nyeri dengan menggunakan NRS (Numeric Rating Scale), terdapat 5 penderita yang mengalami nyeri kepala berat dan menanganinya dengan mengkonsumsi obat anti nyeri. Sedangkan 2 penderita mengalami nyeri kepala sedang.

Nyeri Kepala dapat dirasakan dari fase ringan sampai berat, dan akan berlangsung selama beberapa jam bahkan sehari-hari. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya nyeri kepala seperti kurang tidur, telat makan dan juga bisa dipicu oleh beberapa penyakit salah satunya hipertensi. Hal tersebut merupakan keluhan yang umum dirasakan pada penderita hipertensi. Nyeri kepala yang muncul saat hipertensi disebabkan oleh peningkatan aliran darah dari jantung yang menumpuk di otak, kemudian menyebabkan sensasi tekanan dari dalam kepala yang terasa sakit. Gejala nyeri kepala pada penderita hipertensi hampir sama dengan gejala pada umumnya seperti sakit atau nyeri di kepala yang bisa menyebar ke wajah hingga bahu, pandangan kabur, tekanan darah diatas 140/90, leher terasa tegang, lemas, terkadang disertai mual. jika gejala tersebut tidak ditangani maka efek jangka panjang yang ditimbulkan adalah pecahnya pembuluh darah dalam otak hingga menyebabkan kelumpuhan (Wahdah, 2015).

Pengobatan nyeri kepala pada penderita hipertensi terdapat dua macam cara, ada pengobatan modern dan pengobatan tradisional atau alternative. Pada pengobatan modern biasanya

menggunakan obat-obatan sesuai dengan resep dokter, sedangkan pada pengobatan tradisional atau alternative bisa menggunakan tanaman obat-obatan yang diracik sendiri dan juga menggunakan terapi. Seiring kemajuan teknologi banyak metode pengobatan yang berkembang. Salah satu diantaranya adalah terapi bekam, namun terapi bekam belum menjadi salah satu cara alternative untuk pengobatan tersebut. dan pada penderita terkadang hanya mengkonsumsi obat anti nyeri tanpa memperdulikan efek sampingnya (Haryono, 2017). Bekam adalah salah satu jenis pengobatan sejak zaman dahulu yang dikembangkan hingga saat ini. Dengan cara pengeluaran darah kotor dari tubuh yang bertujuan untuk meredakan rasa sakit dan memulihkan fungsi tubuh (Arief, 2015). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Nurhikmah, 2017) yang berjudul “Efektivitas terapi bekam/hijamah dalam menurunkan nyeri kepala”. Pada pasien nyeri kepala di Kabupaten Sukoharjo didapatkan hasil bahwa terdapat penurunan fase nyeri pada kepala sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam dalam waktu 10-15 menit. Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin melaukahn penelitian dengan judul “Pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tingkat nyeri kepala pada penderita hipertensi”. Manfaat dari penelitian ini adalah untuk Menambah wawasan tentang praktik keperawatan medical bedah dan tata cara terapi bekam untuk menurunkan tingkat nyeri kepala pada penderita hipertensi. Selain itu hasil dari penelitian ini bisa digunakan untuk acuan maupun pembelajaran untuk penelitian selanjutnya serta alternative atau solusi menurunkan tingkat nyeri kepala pada penderita hipertensi dengan terapi bekam.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Strategi PICOS *framework*.

1) *Population/problem*, masalah atau populasi dalam *literature review* ini adalah pada penderita hipertensi yang mengalami nyeri kepala

- 2) *Intervention*, tindakan dalam *literature review* ini adalah pemberian terapi bekam pada penderita hipertensi dengan nyeri kepala
- 3) *Comparison*, ada faktor pembanding sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam
- 4) *Outcome*, adanya dampak terapi bekam pada pengurangan tingkat nyeri kepala pada pasien hipertensi
- 5) *Study design*, penggunaan desain *Purposive sampling* menggunakan pre-post test design.

Mencari jurnal atau artikel menggunakan *keyword* dan *boolean operator* (AND, OR NOT or AND NOT) yang dipakai untuk menspesifikkan pencarian, sehingga memudahkan dalam menentukan artikel jurnal yang dapat digunakan. Kata kunci yang dibutuhkan pada penelitian ini yaitu “*wet cupping*” AND “*headache*” AND “*hypertension*”.

Data yang dibutuhkan dalam penelitian tersebut yaitu data sekunder yang didapatkan bukan melalui pengamatan langsung, akan tetapi didapatkan melalui hasil penelitian yang telah dilaksanakan para peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang diperoleh berbentuk jurnal atau sesuai topik yang dilakukan dengan *database* melalui *Jurnal Ners Airlangga*, *Google Scholar*, *e-Researces Perpunas*

Dalam pencarian jurnal yang akan *direview* oleh penulis, penullis menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi yang seauai dengan topik penulis, sebagai berikut:

Tabel Kriteria inklusi dan eksklusi dengan format PICOS

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Problem/Populatio n	Jurnal nasional maupun internasional yang berkaitan dengan topik penelitian penderita	Jurnal nasional maupun internasional yang tidak berhubungan dengan topic yang

	hipertensi dengan nyeri kepala	akan diteliti yang sesuai pada kriteria inklusi
Intervention	Pemberian terapi bekam (wet cupping therapy)	Selain pemberian terapi bekam
Comparison	Tidak ada pembandingan	Tidak ada pembandingan
Outcome	Adanya pengaruh pemberian terapi bekam pada tingkat pengurangan tingkat nyeri pada penderita hipertensi	Tidak terdapat pengaruh pemberian terapi bekam terhadap tingkat penurunan nyeri kepala pada penderita hipertensi
Study Design	Quasi eksperimen	Literature review
Tahun terbit	Jurnal maupun artikel yang diterbitkan setelah tahun 2015	Jurnal maupun artikel yang diterbitkan sebelum tahun 2015
Bahasa	Indonesia dan inggris	Selain Indonesia dan inggris

Seusai hasil pencarian literature menggunakan publikasi *Google Scholar*, *e-Researces* *Perpusnas* dengan penggunaan kata kunci “*wet cupping therapy*” AND “*headache*” AND “*hypertension*”, AND “*pain*” peneliti menemukan 38,867 jurnal yang cocok dengan kata kunci tersebut. Lalu kemudian jurnal penelitian diskriminasi sebanyak 11,288. Jurnal diseleksi karena diterbitkan tahun 2015 ke bawah dengan penggunaan bahasa selain bahasa inggris dan bahasa indonesia. Kemudian jurnal dipilih kembali berdasarkan kriteria inklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti, seperti

jurnal yang memiliki judul yang sama ataupun mempunyai fungsi yang hampir sama dengan penelitian ini dengan mengidentifikasi abstrak pada jurnal-jurnal tersebut. Jurnal yang tidak memenuhi kriteria maka dieksklusi. Sehingga didapatkan 10 jurnal yang akan dilakukan ulasan pada setiap jurnalnya.

Literature Review disintesis dengan penggunaan metode naratif dengan mengkategorikan pada data hasil ekstraksi yang sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab fungsi dari penelitian ini. Jurnal penelitian yang cocok dengan patokan dikelompokkan lalu dibuat ringkasan jurnal yang meliputi tahun terbit, *author*, judul, metode penelitian yang digunakan meliputi: desain penelitian, sampling, variabel, instrumen dan analisis, hasil penelitian serta *database*.

HASIL DAN PENELITIAN

1. Kriteria umum dalam penyelesaian studi

No	Kategori	F	%
A Tahun Publikasi			
1.	2016	2	20
2.	2017	2	20
3.	2018	3	20
4.	2019	2	30
5.	2020	1	20
Jumlah		10	100
B Desain Penelitian			
1.	<i>Observational study</i>	2	20
2.	<i>Quasi eksperimen</i>	5	50
3.	<i>Pra eksperimental</i>	1	10
4.	<i>randomized clinical trial</i>	1	10
5.	<i>retrospective study</i>	1	10
Jumlah		10	100
C Sampling Penelitian			
1.	<i>Purposive sampling</i>	3	30
2.	<i>Simple random sampling</i>	1	10
3.	<i>Convenience sampling</i>	2	20
4.	<i>Probability</i>	3	30

<i>sampling</i>			
5.	<i>Kunsekutive sampling</i>	1	10
Jumlah		10	100
D Instrumen Penelitian			
1.	<i>Visual Assesment Scale (VAS)</i>	7	70
2.	<i>Numeric Rating Scale</i>	1	10
3.	<i>Observation</i>	2	20
Jumlah		10	100
E Analisis Statistik Penelitian			
1.	<i>SPSS version 16.0</i>	2	20
2.	<i>Paired t-test</i>	6	60
3.	<i>Uji Wilcoxon Signed Rank</i>	2	20
Jumlah		10	100

Berdasarkan Literatur review sebanyak 60% dipublikasikan pada tahun 2016,2017 dan 2019 dan sebagian besar menggunakan *Quasi Eksperimen* sebanyak 50%. sebagian besar menggunakan *probability sampling dan purposive sampling* sebanyak 60% dengan hampir seluruhnya menggunakan skala VAS yaitu sebanyak 70% dan menggunakan analisis penelitian *paired t-test* sebanyak 60%.

2. Jenis Kategori Terapi Bekam

No	Kategori	f	%
A Jenis Terapi Bekam			
1.	Bekam Basah	10	100
2.	Bekam Kering	-	-
Jumlah		10	100

Berdasarkan hasil literature review seluruhnya menggunakan kategori jenis terapi bekam basah sebesar 100% , dan penggunaan terapi bekam kering sebanyak 0%.

3. Jenis Management Nyeri

No	Kategori	f	%
A Jenis Management Nyeri			
1.	Nyeri Berat	-	-
2.	Nyeri Sedang	2	20
3.	Nyeri Ringan	8	80
Jumlah		10	100

Berdasarkan hasil literature setelah dilakukan terapi bekam basah, Jenis management nyeri turun menjadi Nyeri ringan sebanyak 80% dan sisanya turun menjadi Nyeri sedang sebanyak 20%.

4. Analisis jenis manajemen nyeri

No.	Jenis Management	Analisis Literatur	Sumber Empiris utama
1.	Wet cupping therapy and migraine with lunar	Dari hasil penelitian Terjadinya pengaruh terapi bekam yang signifikan pada pengobatan nyeri kepala.	(Ali Ramazan, 2017)
2.	Wet cupping, migraine, headache	Pada hasil penelitian dalam waktu 6 bulan WCT mengurangi nyeri dan kecacatan pada pasien dengan migraine.	(Ersoy., 2020)
3.	Phlebotomy, wet cupping, Persian medicine for headache	Pada hasil penelitian tersebut dalam Pengobatan Persia, Fasd dan Hijamat dilakukan metode yang mudah dan ekonomis	(Atyabi A., 2018)

		untuk pengobatan sakit kepala dengan hasil yang baik dan dapat menurunkan nyeri kepala dalam waktu cepat.			terhadap 30 responden
4.	Bakam Basah dan skala nyeri pasien migraine	Pada hasil penelitian penggunaan terapi bekam sangat efektif dalam penurunan skala nyeri migraine dengan menggunakan metode VAS selama kurunwaktu kurang lebih 15-20 menit	(Mulia Mayasari, 2018)		
5.	Terapi bekam dan penurunan nyeri kepala	Berdasarkan penelitian Terdapat penurunan nyeri kepala setelah dilakukan terapi bekam dalam waktu 10-15menit	(Nur Hikmah., 2016)		
6.	Wet cupping and quality of life patient migrain				Pada penelaitain ini, setelah dilakukan Terapi bekam pada pasien merasakan adanya peningkatan kualitas hidup pada penderita nyeri kepala
7.	Wet cupping and low back pain				Berdasarkan hasil penelitian selain menurunkan nyeri kepala, terapi bekam juga memiliki dampak positif dalam mengurangi nyeri punggung bawah, nyeri kanker, dan neuralgia
8.	Wet cupping and chronic medical				Berdasarkan hasil penelitian pada 629 pasien,, sebanyak 320

			<p>pasien dilakukan terapi bekam terdapat penurunan nyeri secara signifikan serta meningkatkan skor untuk fungsi fisik dan kualitas hidup pasien dengan nyeri leher non-spesifik kronis</p>			<p>efek terapi potensial pada nyeri leher dan bahu dalam waktu kurang lebih 3bulan dan terjadi penurunan skala nyeri yang cukup pesat.</p>
9.	Management of hypertension and wet cupping therapy	<p>Berdasarkan hasil penelitian tiga sesi didapatkan bahwa Bekam (<i>hijama</i>) dapat mengurangi tekanan darah sendiri dan dikombinasikan dengan obat hipertensi</p>	(Moawia, 2018)			<p>(Ersoy Suleman, et al) meneliti tentang Continue Or Stop Applying Wet Cupping Therapy (Al-Hijamah) In Migraine Headache: A Randomized Controlled Trial. Hasil Kelompok 1 menerima tiga sesi, sedangkan Kelompok 2 melanjutkan pengobatan selama 12 bulan. Skala analog visual (VAS) dan nilai MIDAS pada bulan ke-12 secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan nilai 6 bulan di Grup 1 ($p < 0,001$) dan lebih rendah di Grup 2 ($p < 0,001$). Baik skor VAS dan MIDAS dari pasien di Grup 2 meningkat secara signifikan lebih baik daripada di Grup 1. Tidak ada efek samping yang terlihat. Kesimpulan WCT mengurangi rasa sakit dan kecacatan pada pasien dengan migrain, dan kemanjuran meningkat ketika aplikasi dilanjutkan</p>
10.	Shoulder pain and neck pain and wet cupping therapy	<p>Pada penelitian didapatkan hasil bahwa WCT (<i>wet cupping therapy</i>) memiliki</p>	(Muzeyyen, 2016)			<p>(Mulia Mayasari, et al) Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Migraine. Berdasarkan hasil penelitian di Desa Noreh wilayah kerja Puskesmas Sreseh didapatkan perbedaan antara nilai pre and post test pada pasien migraine. Pada 35 responden didapatkan hasil rata-rata skala nyeri pasien sebelum bekam 5,66 turun menjadi 3 sesudah dilakukan bekam. Dari hasil uji wilcoxon signed ranks didapatkan p value 0.00 kurang dari α 0,05. Adanya</p>

perbedaan tingkat skala nyeri pada pasien migraine sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam di puskesmas Sreseh Kabupaten Sampang.

(Nurhikmah) meneliti tentang Efektifitas Terapi Bekam/Hijamah Dalam Menurunkan Nyeri Kepala (Cephalgia). Berdasarkan penelitian terhadap 30 responden menggunakan alat ukur VAS (skala analogue visual) pengukuran dilakukan 10-15menit dengan 7 area sunnah yaitu di tengkuk kedua sisi leher, kedua bahu, pinggang. Pada hasil penelitian sebelum dilakukan terapi bekam nyeri berat terdapat 2 orang, nyeri sedang sebanyak 21 orang, nyeri ringan 7 orang. Dan setelah dilakukan terapi maka terdapat hasil nyeri ringan sebanyak 25 orang ,tidak ada nyeri sebanyak 5 orang. Artinya terdapat pengaruh signifikan peralihan tingkat nyeri kepala sesudah dan sebelum terapi bekam.

(Abdullah Kaki) meneliti tentang Wet Cupping Reduces Pain and Improves Health-related Quality of Life Among Patients with Migraine: A Prospective Observational Study. Berdasarkan usia rata-rata pasien adalah $40,5 \pm 11,3$ tahun dengan lebih banyak perempuan ($n = 114, 89,1\%$). VAS dirata-ratakan pada 7 sebelum prosedur dan dikurangi menjadi 3 setelah bekam basah, baik selama istirahat dan aktivitas ($p \leq 0,005$). Sembilan puluh lima pasien setuju untuk mengisi kuesioner kualitas hidup. Ada peningkatan yang signifikan dalam kualitas hidup setelah perlakuan bekam basah di sebagian besar item yang ditampilkan ($p < 0,050$). Tidak ada pasien yang melaporkan komplikasi pasca prosedur.

(Mohsen Mardani, et al) meneliti tentang Wet-Cupping Is Effective on Persistent Nonspecific Low Back Pain: A Randomized Clinical Trial. Sesuai dengan hasil penelitian tidak ada perubahan yang signifikan pada karakteristik demografis (usia, indeks massa tubuh antara kedua kelompok dan jenis kelamin) ($P > 0,05$). Efek terapeutik dari terapi bekam basah sebanding dengan pengobatan

konvensional pada kunjungan tindak lanjut bulan pertama ($P < 0,05$). Hasil fungsional bekam basah pada kunjungan bulan ke-3 dan ke-6 meningkat secara signifikan dibandingkan dengan kelompok konvensional. Skor ODI akhir pada kelompok bekam basah dan konvensional masing-masing adalah $16,7 \pm 5,7$ dan $22,3 \pm 4,5$ ($P < 0,01$).

(Atyabi Akromo Sadat, et al) meneliti tentang Persian medicine non-pharmacological therapies for headache: phlebotomy and wet cupping. Berdasarkan penelitian Menurut PM, penyakit (distemperamen) disebabkan oleh perubahan temperamen yang abnormal. Temperamen adalah kualitas monolitik dihasilkan oleh interaksi antara kualitas yang berlawanan dari empat elemen yaitu dingin, panas, kering dan basah. Sakit kepala disebabkan oleh distemperamen (sue-Mizaj) di otak atau di seluruh tubuh yang terbagi menjadi sederhana dan koprak. Umum bentuk jenis yang terakhir adalah Vaporal dan Migran sakit kepala (Bokhari dan Rihi). Masing-masing sakit kepala ini diobati melalui proses mengeluarkan darah atau bekam basah.

(Ali Ramazan) meneliti tentang Changing Efficacy of Wet Cupping Therapy in Migraine with Lunar Phase: A Self-Controlled Interventional Study. Berdasarkan penelitian Sebanyak 85 pasien dari 128 yang memenuhi kriteria penelitian diterima untuk berpartisipasi dalam penelitian. Pasien diklasifikasikan menurut jenis migrainnya sebagai Kelompok I ($n = 41$) dengan aura, Kelompok II ($n = 26$) tanpa aura, dan Kelompok III ($n = 18$) jenis migrain lainnya (campuran). Distribusi kelompok menurut umur, jenis kelamin, jumlah dan lamanya serangan, dan riwayat migrain dalam keluarga.

(Moawia, et al) meneliti tentang Evaluation of Bloodletting Cupping Therapy in the Management of Hypertension. Hasil penelitian menunjukkan penurunan SBP yang signifikan (nilai $P < 0,01$) selama tiga sesi bekam basah (dari 149,2 menjadi 130,8 mm Hg), tetapi ini tidak signifikan

untuk DBP selama tiga sesi ($P = 0,074$). Penelitian ini juga menemukan bahwa rata-rata SBP pada kelompok penelitian adalah 9,6 mm Hg lebih kecil dibandingkan pada kelompok kontrol (130,8 vs 140,4 mm Hg, $P = 0,019$), sedangkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam DBP antara kelompok penelitian dan kelompok kontrol (87,0 vs. 86,0 mm Hg, $P = 0,75$).

(Muzeyyen, et al) meneliti tentang The effect of traditional wet cupping on shoulder pain and neck pain: A pilot study. Berdasarkan penelitian, 61 peserta sukarelawan yang memenuhi syarat dengan nyeri leher dan bahu atas yang tidak spesifik selama minimal 3 bulan dialokasikan. Skala Peringkat Numerik (NRS) digunakan untuk menilai skor nyeri. Skor nyeri dicatat sebelum dan sesudah terapi bekam basah. Skor rata-rata nyeri leher pada kelompok studi adalah 7,02 ($SD = 1,8$) sebelum dan 3,70 ($SD = 2,2$) setelah terapi bekam. Penurunan skor nyeri antara sebelum dan sesudah tes secara statistik signifikan ($p < 0,05$).

(Soad K, et al) meneliti tentang The effect of wet cupping on quality of life of adult patients with chronic medical conditions in King Abdulaziz University Hospital. Berdasarkan penelitian pada 629 pasien yang dirujuk untuk bekam dari Klinik Khusus KAUH, selama periode dari Januari hingga Desember 2014. Pasien dalam kelompok intervensi (309 pasien) menyelesaikan pra-tes termasuk kualitas WHO life-BREF, menerima satu sesi bekam basah, dan mengisi post-test (1 bulan kemudian). Pasien dalam kelompok kontrol (320 pasien) menyelesaikan tes awal selama pendaftaran mereka dalam studi dan tes akhir satu bulan kemudian. Kedua kelompok menerima perlakuan biasa mereka. Statistik deskriptif dan inferensial dilakukan. Nyeri adalah penyebab paling umum untuk rujukan bekam. Setelah intervensi bekam, skor rata-rata dari sebagian besar domain HRQOL, terutama domain fisik, meningkat secara signifikan di antara pasien dalam kelompok intervensi. Rata-

rata skor total domain HRQOL fisik adalah $61,6 \pm 13,6$ sebelum bekam, dan mencapai $69,7 \pm 12,6$ setelah intervensi (uji-t berpasangan = 11,3, $p = 0,000$). Perbaikan pada HRQOL terlihat pada hampir semua jenis nyeri dan kondisi medis lainnya.

PEMBAHASAN

Nyeri kepala dapat diartikan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan di area kepala. Berdasarkan 10 jurnal yang telah direview oleh peneliti pada jurnal "Terapi bekam basah dapat meningkatkan kualitas hidup pasien Nyeri kepala" didapatkan hasil bahwa Skala nyeri migraine disebabkan oleh beberapa penyebab antara lain jenis kelamin memiliki pengaruh pada skala nyeri migraine. (Abdullah kaki, 2019 ; Ali Ramazan, 2017). Sebagian besar responden berjenis pada perempuan cenderung memiliki seksresi hormone yang lebih tinggi dari pada laki-laki. Ketika mengalami stress, saat masa haid, kurang tidur, dan penggunaan kontrasepsi dapat memicu semakin beratnya skala nyeri migraine. (Atyabi Akromo, 2018 ; Nurhikmah, 2016 ; Mulia Mayasari, 2018) Nyeri ditandai dengan seringnya serangan dengan intensitas sedang hingga parah. Ini terkait dengan gejala otonom dan juga membatasi aktivitas sehari-hari, merusak kinerja profesional dan pendidikan, dan memengaruhi aktivitas dalam keluarga dan masyarakat (Ersoy, 2020 ; Mohsen mardani, 2019)

Berdasarkan fakta diatas banyak penderita nyeri diantaranya menggunakan obat-obatan farmakologis untuk mengontrol rasa nyeri dan mengurangi serangan berlanjut. Selain obat-obatan, metode pengobatan komplementer salah satunya terapi bekam (*hijamah*) banyak digunakan di seluruh dunia karena efek samping dari perawatan farmakologis dan fakta bahwa mengkonsusmsi obat secara terus menerus dalam jangka panjang dapat menyebabkan sakit kepala yang berlebihan. Pembekaman dilakukan pada area permukaan kulit, jaringan bawah kulit (sub kutis) jaringan

ini akan rusak. Kerusakan yang dapat disertai keluarnya darah akibat bekam dan juga beberapa zat seperti serotonin, bistamin, bradikardin dan zat berbahaya lainnya. Terapi bekam juga dapat menjadi mikrosirkulasi pembuluh darah sehingga efek relaksasi pada otot yang dapat menurunkan berbagai macam nyeri dan tekanan darah (Soad K,2017 ; Mohsen mardani, 2019 ; Muzeyyen, 2016)

Berdasarkan opini sekarang ini banyak masyarakat menggunakan pengobatan non farmakologis atau alternative disbanding pengobatan farmakologis. Karna disamping biaya yang lebih terjangkau, efek yang ditimbulkan juga lebih terasa signifikan dan tidak ada komplikasi yang berlebihan

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan jurnal-jurnal yang telah direview oleh peneliti dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Skala nyeri kepala pada pasien hipertensi sebelum dilakukan terapi bekam sebesar 8-10
2. Skala nyeri pada kepala pada pasien hipertensi setelah dilakukan terapi bekam menurun hingga 4-2
3. Adanya hasil yang signifikan setelah dilakukan terapi bekam pada penurunan tingkat nyeri kepala pada penderita hipertensi
4. Selain dapat menurunkan tingkat nyeri kepala terapi bekam juga dapat menurunkan nyeri yang lain seperti nyeri punggung, nyeri leher dan lainnya.

Saran

- a. Bagi Tenaga Kesehatan
Hasil penelitian ini bisa digunakan untuk memberikan informasi ilmiah serta tambahan sebagai salah satu pengobatan alternative untuk meningkatkan kualitas dan layanan kesehatan.

- b. Bagi Pendidikan
Diharapkan agar dapat dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai terapi bekam yang berefek pada kesehatan pasien.
- c. Bagi Peneliti selanjutnya
 1. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk sumber bacaan data dasar dan literature untuk mengembangkan suatu penelitian selanjutnya.
 2. Penelitian selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi yang terkait dengan terapi bekam.
 3. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih mempersiapkan diri dalam proses pengambilan maupun pengumpulan dan segala sesuatunya sehingga penelitian dapat dilaksanakan lebih baik lagi.

KEPUSTAKAAN

- Akramo Sadat A, dkk. (2018). Persian medicine non-pharmacological therapies for headache: phlebotomy and wet cupping. *J Tradit Chin Med.* 38(3):457-464.
- Al-Tabakha MM, dkk. (2018). Evaluation of Bloodletting Cupping Therapy in the Management of Hypertension. *J Pharm Bioallied Sci.* 10(1):1-6. doi:10.4103/jpbs.JPBS_242_17
- Arslan M, Gökgöz N, Dane Ş. (2016) The effect of traditional wet cupping on shoulder pain and neck pain: A pilot study. *Complement Ther Clin Pract.* 23:30-33. doi:10.1016/j.ctcp.2016.02.003
- Benli AR, Sunay D. (2017). Changing Efficacy of Wet Cupping Therapy in Migraine with Lunar Phase: A Self-Controlled Interventional

Study. *Med Sci Monit.* 23:6162-6167. Published 2017 Dec 29. doi:10.12659/msm.905199

Med. 25(7):502-506. doi:10.1007/s11655-018-2996-0

Ersoy S, Benli AR. (2020). Continue or stop applying wet cupping therapy (al-hijamah) in migraine headache: A randomized controlled trial. *Complement Ther Clin Pract.* 38:101065. doi:10.1016/j.ctcp.2019.101065

Nurhikmah. (2016). Efektivitas Terapi Bekam/Hijamah dalam menurunkan nyeri kepala di Banjarmasin

Departemen Kesehatan Republik Indonesia
Laporan Hasil Riset
Kesehatan Indonesia
(RISKESDAS) 2018.

Dinkes Magetan, 2020. Jumlah penderita Hipertensi di Magetan. Dinkes Magetan.

Kaki A, dkk. (2019). Wet Cupping Reduces Pain and Improves Health-related Quality of Life Among Patients with Migraine: A Prospective Observational Study. *Oman Med J.* 34(2):105-109. doi:10.5001/omj.2019.21

Kasmui (2018). *Materi Pelatihan Bekam singkat. ISYFI: Semarang.*

Mirah. (2019). <https://id.scribd.com/document/411476379/TERAPI-BEKAM>. akses tanggal 27 Februari 2020

Mayangsari, dkk. (2018). Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Pasien Migrain di Puskesmas Sreseh.

Mardani-Kivi M, dkk. (2019). Wet-Cupping Is Effective on Persistent Nonspecific Low Back Pain: A Randomized Clinical Trial. *Chin J Integr*