

ANALISIS PENERAPAN TERAPI BEKAM DALAM MENURUNKAN KADAR KOLESTEROL PADA PASIEN HIPERKOLESTEROLEMIA

Dewiyuliana¹, Aulia Riska²

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh

Email: dewiyuliana3210@gmail.com

ABSTRAK

Hiperkolesterolemia merupakan keadaan kadar kolesterol yang melebihi ambang batas normal yang diakibatkan karena gangguan metabolisme lemak. Hiperkolesterolemia memberi dampak munculnya penyakit lain seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, gangguan fungsi hati, dan diabetes. Salah satu penanganan non farmakologis yang dapat dilakukan pada hiperkolesterolemia adalah terapi bekam. Tujuan tinjauan literatur ini untuk menganalisis penerapan terapi bekam dalam menurunkan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia berdasarkan studi empiris dalam sepuluh tahun terakhir dengan menggunakan framework PICO (problem/population, intervention, comparison, dan outcome). Desain penulisan ini adalah literature review. Metode studi ini dilakukan dengan menganalisis literature yang berkaitan dengan terapi bekam dalam menurunkan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia dari database Google Scholar sebanyak 5 jurnal yang dianalisis. Hasil analisis berdasarkan literature review menunjukkan bahwa penerapan terapi bekam efektif menurunkan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia. Hasil analisis ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi tambahan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan keperawatan. Dengan demikian diharapkan terapi bekam ini dapat diterapkan perawat dalam menangani peningkatan kadar kolesterol pada pasien dengan hiperkolesterolemia.

Kata kunci: Hiperkolesterolemia, Kolesterol, Terapi Bekam

ABSTRACT

Hypercholesterolemia is a cholesterol level that exceeds from normal threshold caused by fat metabolism disorders. Hypercholesterolemia can lead to the emergence diseases such as coronary heart disease, hypertension, impaired liver function, and diabetes. One of the non-pharmacological treatments that can be done on hypercholesterolemia is cupping therapy. The purpose of this literature review was to analyze the application of cupping therapy in reducing cholesterol levels in hypercholesterolemic patients based on empirical studies in the last ten years by using PICO framework (problem/population, intervention, comparison, and outcome). The design of this research is a literature review. This study method was carried out by analyzing the literature related to cupping therapy in reducing cholesterol levels in hypercholesterolemic patients from the Google Scholar database as many as 5 journals were analyzed. The results of this analysis based on the literature review showed that the application of cupping therapy was effective in reducing cholesterol levels in patients of hypercholesterolemia. The analysis of this study can be used as an additional reference in developing science in the field of nursing education. It is suggested that this cupping therapy can be applied by nurses in reducing the cholesterol levels in patients with hypercholesterolemia.

Keywords: Cholesterol, Cupping Therapy, Hypercholesterolemia

PENDAHULUAN

Kolesterol merupakan sejenis lemak yang dibutuhkan tubuh dan diproduksi oleh tubuh manusia secara alamiah. Kolesterol diproduksi di hati sebanyak 75% dan 25% berasal dari makanan yang dikonsumsi sehari-hari oleh tubuh. Di antara lain untuk pembentukan hormon seks, hormone korteks adrenal, vitamin D, dan garam empedu yang membantu usus untuk menyerap lemak. Ketidakseimbangan kolesterol di dalam tubuh dapat mengakibatkan munculnya faktor resiko bagi penyakit lainnya yang disebut dengan hiperkolesterolemia (Anies, 2015).

Hiperkolesterolemia merupakan keadaan kadar kolesterol yang melebihi ambang batas normal. Hiperkolesterolemia diakibatkan karena gangguan metabolisme lemak yang ditandai dengan tingginya kadar kolesterol total dalam darah. Batas normal kolesterol dalam darah adalah 200 mg/dl (Andygian, 2013).

Menurut WHO (2017) prevalensi global peningkatan kolesterol total pada dewasa adalah 77% (37% untuk laki-laki dan 40% untuk wanita). perkiraan angka kematian di dunia disebabkan hiperkolesterolemia sekitar 2,6 juta. Angka kematian tertinggi 54% terjadi di Eropa, kemudian Amerika 48%. Wilayah Afrika 22,6% dan Asia Tenggara 20 %. Di Indonesia, prevalensi hiperkolesterolemia pada kelompok usia 15-34 tahun adalah 39,4%, kelompok usia 35-59 tahun adalah 52,9%, dan meningkat sesuai dengan pertambahan usia hingga 58,7% pada kelompok usia >60 tahun

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menurut kabupaten/kota yang ada di provinsi Aceh tahun 2018 jumlah penderita hiperkolesterolemia sebanyak 38.915 orang. Hasil Riskedas provinsi Aceh menunjukkan bahwa prevalensi kolesterol di Aceh mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, ada beberapa kabupaten/kota dengan jumlah penderita tertinggi, yaitu Aceh Barat Daya

(36,06%), kota lhoksemawe (35,42%), Kota Banda Aceh (35,4%), Simelue (32,98%), dan Aceh Barat (32,17%), menempati urutan lima teratas, sedangkan urutan terakhir disusul oleh Aceh Besar 8,02% (Riskesdas, 2018).

Rusilanti (2014) mengatakan bahwa Hiperkolesterolemia harus diwaspadai karena hiperkolesterolemia memberikan dampak ataupun penyakit lain masuk ke dalam tubuh, seperti penyakit jantung koroner, hipertensi, gangguan fungsi hati, dan diabetes. penyakit jantung dan pembuluh darah menempati proporsi terbesar penyebab kematian utama. Semua didorong oleh faktor resiko hiperkolesterolemia.

Penanganan hiperkolesterolemia menurut perkumpulan endokrinologi Indonesia (PERKENI) mencakup terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yang umum digunakan adalah dengan mengkonsumsi obat-obat golongan statin, fibrat, resin, dan lainnya. Salah satu pengobatan non-farmakologis atau terapi

komplementer dan alternatif yang sedang banyak diminati oleh masyarakat Indonesia yaitu Bekam/AlHijamah/Cupping Therapy. Nabi Muhammad SAW pernah bersabda “Kesembuhan bisa diperoleh dengan tiga cara, yaitu minum madu, hijamaah (bekam), dan besi panas. Aku tidak menganjurkan umat-Ku dengan besi panas.” (H.R. Bukhar-Muslim). Prinsip bekam membersihkan darah CPS (*causative pathologssical substanses*) yang meliputi sampah metabolisme, toksin, partikel penyebab nyeri, kolesterol, asam urat, glukosa yang berlebih, dan sel radang (El Sayed, Mahmoud & Nabo, 2013).

Terapi bekam dapat menurunkan kadar kolesterol dalam darah. Mekanisme yang mendasari efek terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol darah total darah terbukanya barier kulit yang akan meningkatkan fungsi ekskresi kulit, diantaranya mengeluarkan lipid dan substansi/material yang bersifat hidrofobik

yang salah satunya adalah lipoprotein. (Zhou, dalam Fitriyah, 2015).

Dari uraian diatas penulis tertarik untuk **“menganalisis pengaruh penerapan terapi bekam dalam menurunkan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia.”**

METODE

Strategi yang digunakan dalam pencarian artikel dalam *literature review* ini adalah menggunakan *framework* PICO (*Population/Problem, Intervention, Comparison, Outcome*). Pencarian artikel menggunakan database *Google Scholar* dengan menggunakan *keyword* Hiperkolesterolemia AND Terapi Bekam AND Penurunan Kadar Kolesterol dan didapatkan sebanyak lima jurnal yang dilakukan review.

HASIL

Berdasarkan hasil analisa penulis terhadap lima publikasi ilmiah pada *literature review* ini menunjukkan bahwa

penerapan pemberian terapi bekam efektif dapat menurunkan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia.

Hasil penelitian oleh Hasina dan Hariyani (2021) dengan judul Terapi bekam berpengaruh terhadap penurunan kadar kolesterol darah total yang menggunakan desain *quasy experimental* dengan *pre-post test control group*, yaitu rancangan penelitian yang dilakukan dalam bentuk percobaan atau tindakan dan pengamatan yang membandingkan perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sampel penelitian ini berjumlah 16 responden pada kelompok intervensi dan 16 responden pada kelompok kontrol yang diambil berdasarkan teknik pengambilan sampel secara *non probability sampling* dengan jenis *quota sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi bekam, *autocheck* 3 in 1 dan lembar observasi. Analisis statistik yang dilakukan adalah uji *t-test*. Berdasarkan

hasil analisis statistik tersebut menunjukkan bahwa dari 16 responden pada kelompok intervensi yang mendapatkan terapi bekam didapatkan rata-rata kadar kolesterol *pre test* adalah 241 mg/dl dan menurun pada *post test* menjadi 188 mg/dl. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi menunjukkan rata-rata kadar kolesterol *pre test* adalah 243 mg/dl dan pada *post test* meningkat menjadi 273 mg/dl. Hasil uji statistik diperoleh *p-value* $0,000 < \alpha 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan penurunan kadar kolesterol darah total antara sebelum dan sesudah pemberian terapi bekam.

Hasil penelitian oleh Isnaniar, Norlita dan Wiradinata (2020) dengan judul Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Pasien Hiperkolesterolemia di Thibbun Nabawi Centre RSIA Zainab Pekanbaru tahun 2019 yang menggunakan desain studi non eksperimen deskriptif dengan *cross sectional study*, yaitu

rancangan penelitian yang dilakukan secara simultan pada satu waktu. Sampel penelitian ini berjumlah 53 responden yang diambil berdasarkan teknik pengambilan sampel secara *non probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah lembar pencatatan kadar kolesterol total pasien pada tahun 2018. Analisis statistik yang dilakukan adalah Uji *wilcoxon*. Berdasarkan hasil analisis statistik tersebut pada 53 responden hiperkolesterolemia didapatkan sebelum diberikan terapi bekam diperoleh mayoritas responden berada pada kategori kolesterol dalam batas yang harus diwaspadai sebanyak 27 responden (50,94%). Kemudian, setelah diberikan terapi bekam diperoleh mayoritas responden berada pada kategori kolesterol dalam batas normal sebanyak 26 orang (49,06%). Hasil uji statistik diperoleh *p-value* $0,000 < \alpha 0,05$ yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam

terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia.

Hasil penelitian oleh Faizal, Nurvinanda dan Zupera (2020) dengan judul Pengaruh terapi bekam terhadap kadar kolesterol di Rumah Sakit Bakti Timah Pangkal Pinang yang menggunakan desain *Quasy experimental* dengan *one group pre test-post test*, yaitu rancangan penelitian yang dilakukan dalam bentuk percobaan atau tindakan dan pengamatan pada satu kelompok intervensi. Sampel penelitian ini berjumlah 17 responden hiperkolesterolemia yang diambil berdasarkan teknik pengambilan sampel secara *probability sampling* dengan jenis *random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah alat dan lembar pemeriksaan kolesterol. Analisis statistik yang dilakukan adalah uji *independent t-test* (uji t berpasangan). Berdasarkan hasil analisis statistik tersebut menunjukkan bahwa dari 17 responden didapatkan sebelum diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol adalah 254,65 mg/dl. Kemudian,

setelah diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol menurun menjadi 173,06 mg/dl. Hasil uji statistik diperoleh *p-value* $0,000 < \alpha 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan penurunan kadar kolesterol antara sebelum dan sesudah pemberian terapi bekam.

Hasil penelitian oleh Hidayat, Anggeraini, Hidayat dan Malli (2018) dengan judul Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol pada Pasien Hipercholesterolemia di Rumah Sehat Al-Hijamaah Tahun 2014/2015 yang menggunakan desain *pre experiment* dengan *one group pretest-posttest*, yaitu rancangan penelitian yang dilakukan dalam bentuk percobaan atau tindakan dan pengamatan. Sampel penelitian ini berjumlah 35 responden yang diambil berdasarkan teknik pengambilan sampel secara *non probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah lembar observasi hasil pemeriksaan kadar

kolesterol. Analisis statistik yang dilakukan adalah uji *independent t-test* (uji t berpasangan). Berdasarkan hasil analisis statistik tersebut menunjukkan bahwa dari 35 responden hiperkolesterolemia didapatkan sebelum diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol adalah 262,84 mg/dl. Kemudian, setelah diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol menurun menjadi 239,53 mg/dl. Hasil uji sttaistik diperoleh *p-value* $0,010 < \alpha 0,05$ yang berarti ada pengaruh pemberian terapi bekam terhadap penurunan kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia.

Hasil penelitian oleh Helma, Yaswir dan Lillah (2018) dengan judul Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Total yang menggunakan desain analitik eksperimental, yaitu rancangan penelitian yang dilakukan dalam bentuk percobaan atau tindakan dan pengamatan. Sampel penelitian ini berjumlah 11 responden yang diambil berdasarkan teknik pengambilan

sampel secara *non probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah alat dan lembar pemeriksaan kolesterol. Analisis statistik yang dilakukan adalah uji *independent t-test* (uji t berpasangan). Berdasarkan hasil analisis statistik tersebut menunjukkan bahwa dari 11 responden didapatkan sebelum diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol adalah 210,46 mg/dl. Kemudian, setelah diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol menurun menjadi 200,82 mg/dl. Hasil uji statistik diperoleh *p-value* $0,001 < \alpha 0,05$ yang berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan penurunan kadar kolesterol total antara sebelum dan sesudah pemberian terapi bekam pada pasien hiperkolesrolema.

PEMBAHASAN

Hasil analisis penulis terhadap 5 artikel yang dianalisis menunjukkan bahwa pemberian terapi bekam efektif dalam

menurunkan kadar kolesterol pada pasien dengan hiperkolesterolemia. Hal ini berkaitan dengan konsep teori oleh Arozi (2018) bahwa hiperkolesterolemia adalah peningkatan kadar kolesterol total di dalam darah yang merupakan faktor risiko bagi penyakit lainnya, terutama penyakit jantung dan pembuluh darah. Menurut Yani (2019), pengobatan dengan cara bekam memberi banyak manfaat kebaikan termasuk menjaga kesehatan tubuh, menghilangkan letih, lesu, lelah, meningkatkan daya tahan tubuh dan menstabilkan kadar kolesterol dikarenakan teknik ini dapat membersihkan darah dari racun-racun sisa makanan dan metabolisme tubuh melalui gaya tarik-menarik pada permukaan kulit sehingga menimbulkan torehan darah kotor yang kemudian akan dikeluarkan dari tubuh.

Keefektifan terapi bekam dalam menurunkan kadar kolesterol total dalam darah juga dikarenakan terapi ini dilakukan

secara rutin dengan teknik hisapan yang berkisar hanya 3-5 menit, sebagian lainnya berkisar antara 5-10 menit tergantung jenis bekam yang dipilih. Keefektifan tersebut juga didukung karena terapi bekam tidak menimbulkan efek samping yang serius jika dilakukan dengan benar. Hal ini sejalan dengan penelitian Risniati, dkk (2019) bahwa efek samping dari praktik bekam tidak berat, hanya menimbulkan rasa tidak nyaman akibat adanya bekas pembekaman dan penyayatan di kulit, akan tetapi bekas tersebut akan hilang dalam waktu 2-3 hari setelah terapi bekam aman dilakukan.

Selain karena intensitas pembekaman yang rutin dan efek samping yang rendah, terapi bekam dikatakan efektif dalam menangani hiperkolesterolemia juga dikarenakan pengaruh titik-titik terapi bekam itu sendiri. Menurut Umar (2016), pemilihan titik-titik tertentu untuk bekam dapat membantu melancarkan peredaran

darah yang membawa kolesterol. Kelancaran peredaran darah yang membawa kolesterol dapat membantu fungsi hati dan limpa dalam proses metabolisme kolesterol.

Terapi bekam juga dapat menimbulkan rangsangan nyeri sehingga menyebabkan terjadinya pengiriman sensor oleh sel saraf motorik ke thalamus untuk diteruskan melalui serabut saraf aferen simpatis agar terjadi pelepasan berbagai hormon, meliputi ACTH, kortison, endorfin dan lainnya. Selain itu, perlukaan ringan pada titik bekam tersebut akan menimbulkan juga efek antiperadangan, penurunan serum lemak trigliserida, fosfolipida dan kolesterol LDL, merangsang proses liposis jaringan lemak dan mengatur kadar glukosa darah agar stabil. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil studi yang menunjukkan sebelum diberikan terapi bekam diperoleh mayoritas responden berada pada kategori

kolesterol dalam batas yang harus diwaspadai sebanyak 50,94%. Kemudian, setelah diberikan terapi bekam diperoleh mayoritas responden berada pada kategori kolesterol dalam batas normal sebanyak 49,06% (Isnaniar, Norlita dan Wiradinata, 2020).

Selain itu, terapi bekam merupakan analogi dari proses ekskresi organ ginjal. Komponen yang diekskresikan melalui bekam meliputi produk-produk sisa metabolisme tubuh, radikal bebas, substansi kimiawi dan biologi yang dilepaskan ke dalam cairan interstisial dan darah termasuk substansi hidrofilik dan hidrofobik, yaitu lipoprotein dan kolesterol. Sehingga aplikasi terapi bekam dapat menurunkan kadar kolesterol total, kadar LDL serta meningkatkan HDL, dimana sebelum diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol adalah 262,84 mg/dl dan setelah diberikan terapi bekam diperoleh

rata-rata kadar kolesterol menurun menjadi 239,53 mg/dl. Proses yang dapat mereduksi kolesterol ini juga mempunyai efek pencegahan terhadap terjadinya aterosklerosis (Hidayat, Anggeraini, Hidayat dan Malli, 2018).

Hal diatas searah pula dengan penjelasan dalam penelitian Helma, Yaswir dan Lillah (2018) bahwa terapi bekam berfungsi sebagai hijamah atau dalam bahasa medis disebut dengan proses membuang CPS (*Causative Pathological Substances*), yaitu melepaskan substansi patologis penyebab penyakit/toksin dari dalam tubuh melalui permukaan kulit. Dimana pengisapan yang dilakukan oleh *cups* bekam membuat kulit terangkat secara bertahap tergantung viskoelastisitas alami kulit. Saat bersamaan, dibagian dalam kulit yang terangkat akan terjadi penurunan tekanan disekitar kapiler. Penurunan tekanan tersebut menyebabkan jaringan

kulit dibawah *cups* bekam menjadi bengkak dan memfiltrasi cairan interstisial yang mengandung CPS. Saat *cups* dilepaskan akan terjadi peningkatan dramatis pada aliran darah kulit yang disebut *reactive hyperemia*. Kemudian, dilakukan perlukaan ringan pada kulit dengan tekanan tinggi dan kekuatan tarikan sehingga memudahkan evakuasi cairan interstisial termasuk *lymph* yang mengandung CPS. Keefektifan tersebut terbukti dalam hasil studi nya bahwa sebelum diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol adalah 210,46 mg/dl dan setelah diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol menurun menjadi 200,82 mg/dl.

Penelitian Hasina (2021) menunjukkan pula bahwa terjadinya penurunan kadar kolesterol total setelah diberikan terapi bekam, yaitu rata-rata kadar kolesterol *pre test* adalah 241 mg/dl dan menurun pada *post test* menjadi 188

mg/dl. Hal ini dikarenakan terapi bekam memberikan efek terhadap mekanisme sistem hematologi tubuh, yaitu melalui jalur sistem regulasi koagulan-antikoagulasi dengan cara peningkatan aliran darah dan oksigenasi organ. Jika aliran darah lancar, maka akan meningkatkan suplai darah ke lapisan dalam endothelium yang berperan memproduksi zat nitrit oksida (NO) yang berfungsi untuk membantu peregangan dan pelebaran pembuluh darah. Hal ini juga akan menyebabkan terbukanya barier kulit dan akan meningkatkan fungsi ekskresi kulit untuk mengeluarkan lipid. Kemudian, banyaknya darah yang dikeluarkan saat bekam tidak akan mengurangi kadar hemoglobin tubuh, karena yang dibuang adalah sampah metabolisme yang sudah menumpuk. Sebaliknya, pembuangan darah kotor melalui terapi bekam tersebut dapat menstabilkan tekanan darah, kadar

glukosa darah serta menurunkan kadar asam urat dan kolesterol.

Penelitian oleh Faizal, Nurvinanda dan Zupera (2020) juga mendukung keempat jurnal sebelumnya, yaitu sebelum diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol adalah 254,65 mg/dl dan setelah diberikan terapi bekam diperoleh rata-rata kadar kolesterol menurun menjadi 173,06 mg/dl. Terapi bekam dapat menurunkan kadar kolesterol dengan cara menormalkan kembali fungsi pembuluh darah yang penuh dengan plak-plak kolesterol melalui teori homeostatis atau keseimbangan. Secara ilmiah, teknik bekam berusaha menyeimbangkan kadar kolesterol yang meningkat didalam tubuh dengan memiliki titik-titik bekam yang tepat sehingga berhasil untuk menangani hiperkolesterolemia.

Berdasarkan kelima jurnal ilmiah yang penulis analisis ditemukan pula

bahwa hiperkolesterolemia dipengaruhi oleh faktor usia. Rata-rata mayoritas usia yang rentan mengalami hiperkolesterolemia pada kelima jurnal adalah kategori usia dewasa awal hingga lansia. Menurut Isnaniar, Norlita dan Wiradinata (2020), rata-rata pasien dengan hiperkolesterolemia berada pada rentang usia 36-55 tahun, hal ini dikarenakan sudah terjadinya perubahan dan penebalan pada dinding arteri dan sudah adanya penumpukan zat-zat kolagen pada lapisan otot pembuluh darah sehingga pembuluh darah secara berangsur-angsur menyempit dan kaku. Hal ini juga didukung oleh Hasina (2021) yang memaparkan bahwa semakin tua usia seseorang maka akan semakin menurun kemampuan mekanisme kerja organ-organ tubuhnya. Dengan demikian, peningkatan kadar kolesterol dapat terjadi sejak usia 20-65 tahun.

Selain faktor usia, jenis kelamin juga berkontribusi dalam mempengaruhi terjadinya hiperkolesterolemia. Pada kelima jurnal ilmiah yang penulis analisis, sebagian menyebutkan bahwa laki-laki adalah mayoritas responden penderita hiperkolesterolemia dan sebagian lagi menyebutkan bahwa perempuan yang rentan menderita hiperkolesterolemia.

Sebelum usia 50 tahun total kolesterol pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, akan tetapi kondisi ini akan terbalik setelah usia 50 tahun. Laki-laki beresiko mengalami hiperkolesterolemia disebabkan oleh perilaku tidak sehat seperti kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol, makan yang tidak teratur, dan stres akibat beban kerja yang terlalu tinggi. Sedangkan wanita rentan mengalami hiperkolesterolemia setelah usia 50 tahun atau tepatnya setelah menopause

dikarenakan sudah mengalami penurunan hormon estrogen. Hormon estrogen tersebut diketahui dapat melindungi wanita dari penyakit jantung karena mampu memberikan efek proteksi dengan meningkatkan proses metabolisme lemak atau lipid di dalam tubuh (Hasina, 2021).

Kemudian, faktor dukungan keluarga juga berkontribusi dalam mempengaruhi keefektifan perawatan pada pasien hiperkolesterolemia. Hal ini sesuai dengan penelitian Irawati dan Yeni (2013) bahwa adanya kepedulian keluarga pada pasien dengan hiperkolesterolemia akan menciptakan fungsi perawatan kesehatan dalam keluarga dalam pelaksanaan praktik pencegahan berbasis pengobatan yang dapat mengontrol kadar kolesterol pasien. Adanya dukungan keluarga juga dapat memotivasi pasien untuk melaksanakan terapi secara rutin, hal ini karena keluarga merupakan bagian yang dapat

meningkatkan mekanisme coping pasien hiperkolesterolemia dalam manajemen stres akibat penyakit yang dialaminya.

Selain terapi bekam, hiperkolesterolemia juga dapat dikendalikan dengan beberapa terapi alternatif lainnya. Terapi non farmakologis lainnya untuk penanganan bekam meliputi diet yang sesuai, yaitu diet tinggi serat, olahraga atau melakukan aktivitas fisik secara teratur, berhenti merokok, menghindari segala pemicu stres dan pemeriksaan kadar kolesterol secara rutin (Herliana & Sitanggang dalam Irawati & Yeni, 2013).

Menurut asumsi penulis, terapi bekam sangat efektif dijadikan sebagai terapi komplementer untuk menurunkan kadar kolesterol pada pasien dengan hiperkolesterolemia. Dimana melalui pemilihan titik-titik bekam yang tepat, maka proses bekam ini akan mengandalkan prinsip keseimbangan

untuk berperan dalam menurunkan kadar kolesterol darah total. Mekanisme sistem hematologi dari terapi bekam ini membantu tubuh mengeskresikan lipoprotein dan kolesterol melalui kulit, bahkan rangsangan nyeri yang ditimbulkan dari tarikan kulit pada proses bekam juga berfungsi untuk melepaskan hormon ACTH, kortison, endorfin dan perlukaan ringan pada titik bekam tersebut akan menimbulkan juga efek antiperadangan, menurunkan serum lemak trigliserida, fosfolipida dan kolesterol LDL serta merangsang proses liposis jaringan lemak. Berdasarkan paparan diatas, diketahui pula bahwa hiperkolesterolemia ini dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin dan dukungan keluarga dalam perawatannya. Oleh karena itu sebaiknya setiap individu melakukan pemeriksaan dini kadar kolesterol secara rutin disertai dengan manajemen diet rendah lemak serta

olahraga teratur untuk menghindari masalah hiperkolesterolemia dan komplikasi lanjutannya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tinjauan literatur pada kelima jurnal ilmiah di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan terapi bekam terbukti efektif dalam menurunkan kadar kolesterol pada pasien dengan hiperkolesterolemia. Keefektifan terapi bekam ini dikarenakan mekanisme sistem hematologi dari terapi bekam yang membantu tubuh mengeskresikan lipoprotein dan kolesterol melalui kulit, bahkan rangsangan nyeri yang ditimbulkan dari tarikan kulit pada proses bekam juga berfungsi untuk melepaskan hormon ACTH, kortison, endorfin dan perlukaan ringan pada titik bekam tersebut yang akan menimbulkan efek antiperadangan, menurunkan serum lemak trigliserida, fosfolipida dan kolesterol LDL serta merangsang proses

liposis jaringan lemak.

Hiperkolesterolemia juga dapat di pengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, dukungan keluarga, pola diet, olahraga atau aktivitas fisik teratur, kebiasaan merokok, stress dan kepatuhan penderita dalam melakukan pemeriksaan kadar kolesterol secara rutin

SARAN

a. Pasien

Memberikan pengetahuan baru serta memperkenalkan terapi bekam kepada pasien sebagai terapi komplementer untuk menurunkan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia.

b. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam terapi bekam untuk penurunan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia.

c. Penulis

Menambah ilmu pengetahuan dan wawasan dalam penerapan aplikasi yang digunakan dalam penelitian, terutama mengetahui terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien hiperkolesterolemia.

d. Institusi Akper Kesdam IM Banda Aceh

Dengan adanya hasil Karya Tulis Ilmiah tentang terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterolemia, diharapkan akan menjadi informasi bagi institusi dalam meningkatkan serta mengembangkan ilmu keperawatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu.

DAFTAR PUSTAKA

- Andygan. (2013). *Pengaruh pemberian jus kulit delima terhadap kadar kolesterol wanita hiperkolesterolemia*. Universitas Diponogoro.
- Anies. (2015). *Kolesterol & penyakit jantung koroner*. Jakarta :Ar-Ruzz Media.
- Arozi, E. Z. A. (2018). Pengaruh terapi bekam terhadap kadar kolesterol total pada pasien hiperkolesterolemia di Klinik Pengobatan Islami Refleksi dan Bekam Samarinda. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi Universitas Muhammadiyah, Kalimantan Timur. Arsana, P. M., dkk. (2015). *Panduan pengelolaan dislipidemia di Indonesia- 2015*. Jakarta: PB. PERKENI.
- El Sayed SM, Mahmoed HS, Nabo MM.(2013). Medical And Scientific Bases Of Wet Cupping Theraphy (Al-Hijamah): In Light Modern Medicine. Alternatif And Integrative Medicine.
- Faizal, Nurvinanda Z (2020). Penurunan kadar kolesterol dengan Terapi Bekam. <http://www.neliti.com/publications/1074484>
- Hasina,S. (2021). Perbedaan Terapi Bekam Dan Kompres Hangat terhadap tingkat nyeri punggung bawah pada lansia. *Jurnal keperawatan*, 12(1) 33-40. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/keperawatan.v13i1l.611>
- Helma, Yaswir dan Lillah (2018). Gambaran kadar kolesterol pasien yang mendapatkan terapi bekam. *JOM PSIK:Riau*.1(2):1-8.
- Herliana & sitanggang Y . (2013). Hubungan fungsi perawatan kesehatan keluarga dengan kadar kolesterol pasien hiperkolesterolemia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2013, *Ners Jurnal Keperawatan*, 9(1): 43-57.
- Hidayat, Anggeraini dan Malli (2018). Efek terapi bekam terhadap kadar kolesterol total pada penderita hiperkolesterolemia diklinik *Bekam Center semarang*.
- Isnaniar, Wiwik Norlita, Dikki Irma Wiradinata. 2020. Pengaruh Terapi Bekam terhadap Kadar Kolesterol Pasien Hiperkolesterolemia di Thibbun Nabawi Centre RSIA Zainab Pekanbaru tahun 2019 *Jurnal Photon Vol.10 No.2*. DOI: <https://doi.org/10.37859/jp.v10i2.1869>
- Irawati & Yeni, F. (2013). Hubungan fungsi perawatan kesehatan keluarga dengan kadar kolesterol pasien hiperkolesterolemia di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2013, *Ners Jurnal Keperawatan*, 9(1): 43-57.
- Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia. Jakarta
- Kementrian Kesehatan RI. (2017). Profil penyakit tidak menular tahun 2016 Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. (2015). *Panduan Pengelolaan Dislipidemia di Indonesia*; PARKENI.
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Aceh RISKESDAS 2018 <https://dinkess.acehprov.go.id/uploads/rikskaskabkotaace.pdf>. Diakses pada 20 februari 2021.
- Risniati, Y., Afrilia, A. R., Lestari, T. W., Nurhayati, & Siswoyo, H. (2019).

Pelayanan kesehatan tradisional bekam: kajian mekanisme keamanan dan manfaat, *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 3(3): 212-225.

Rusilanti, M. A. (2014). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Bekam Abu Zaky Mubarak. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta.

Umar, A. W. (2016). Sembuh dengan Satu Titik Edisi 2, Bekam untuk 7 Penyakit Kronis Cetakan V. Solo: Thibia.

WHO.(2017).*Noncommunicable diseases*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>. Jakarta :Salemba medika Diakses pada 19 februari 2017

Yani, P. K. (2019). Pengaruh bekam kering terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Pengobatan Islami Bekam Mataram Tahun 2019. Skripsi. Poltekkes Mataram Jurusan Keperawatan Program Studi D IV Keperawatan, Mataram.

Zhou, F (2015). *Penyakit dan Terapi Bekam*. Thib Nabawi dan Herba. Surakarta.