



EFEKTIVITAS BEKAM BASAH PADA TANGGAL SUNNAH TERHADAP NILAI VITAL SIGN DAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI

Nurul Hidayah^{1*}, Hamidatus Daris Sa'adah², Mega Arianti Putri²

¹Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi, Jl. Dr. Wahidin No.49 Ngawi, Jawa Tengah 63218, Indonesia

²STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, Jl. Taman Praja No.25, Mojorejo, Taman, Madiun, Jawa Timur 63139, Indonesia

*nurulridlo@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit dengan nilai tekanan darah di atas normal. Pada tanggal sunnah metabolisme tubuh manusia melaju lebih cepat dibanding tanggal biasa. Kondisi hipertensi lebih buruk jika kualitas tidur penderitanya buruk. Bekam basah juga menstimulasi CPS, nitrit oksida, serta sekresi hormon endorfin terlebih pada tanggal sunnah dimana toksin dalam tubuh lebih menumpuk dibanding tanggal biasa. Tujuan untuk mengidentifikasi efektifitas bekam basah pada tanggal sunnah terhadap nilai vital sign dan kualitas tidur pasien hipertensi. Desain penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperimen dengan jumlah sample 33 pasien hipertensi secara purposive sampling. Hasil uji statistik menunjukkan efektifitas yang signifikan antara terapi bekam basah pada tanggal sunnah terhadap nilai vital sign pasien hipertensi yakni tekanan darah sistolik (p 0.000), tekanan darah diastolik (p 0.000), nadi (p 0.000), pernapasan (0.009), namun didapatkan hasil yang tidak signifikan pada suhu p value (p 0.811). Hasil uji statistik menunjukkan efektifitas yang signifikan antara bekam basah pada tanggal sunnah terhadap kualitas tidur pasien hipertensi dengan p value (p 0.000). Terapi bekam basah pada tanggal sunnah dapat dijadikan terapi komplementer pasien hipertensi untuk menstabilkan nilai vital sign khususnya tekanan darah, nadi serta pernapasan serta memperbaiki kualitas tidur.

Kata kunci: bekam basah; hipertensi; kualitas tidur; nilai vital sign; tanggal sunnah

EFFECTIVENESS OF WET CUPPING ON SUNNAH DATES AGAINST VITAL SIGN VALUES AND SLEEP QUALITY IN HYPERTENSION PATIENTS

ABSTRACT

Hypertension is a disease with blood pressure values above normal. On Sunnah dates, the human body's metabolism accelerates faster than on normal dates. The condition of hypertension is worse if the sufferer's sleep quality is poor. Wet cupping on sunnah dates is a complementary therapy that stimulates CPS, nitric oxide, and the secretion of endorphins, especially on sunnah dates where toxins in the body accumulate more than on normal dates. Objective to identify the effectiveness of wet cupping on sunnah dates in improving vital signs and sleep quality in hypertensive patients. The research design used was Quasi Experimental with a sample size of 33 hypertensive patients purposive sampling. Statistical test results show significant effectiveness between wet cupping therapy on sunnah dates on the vital sign values of hypertensive patients, namely systolic blood pressure (p 0.000), diastolic blood pressure (p 0.000), pulse (p 0.000), respiration (0.009). However, the results obtained were not significant for the temperature p value (p 0.811). Wet cupping therapy on sunnah dates can be used as complementary therapy for hypertensive patients to stabilize vital sign values, especially blood pressure, pulse and respiration and improve the sleep quality of hypertensive patients

Keywords: hypertension; sleep quality; sunnah dates; vital sign values; wet cupping

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mengakibatkan kerusakan pada organ jantung, pembuluh darah, paru-paru, sel-sel saraf motorik dan sensoris, bahkan mental seorang penderitanya. Hipertensi dijuluki sebagai silent killer yang mengakibatkan kematian secara mendadak (Nuridah dan Yodang, 2021). Hipertensi adalah keadaan yang disebabkan karena peningkatan kinerja jantung dalam memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen serta nutrisi dalam tubuh. Penderita hipertensi cenderung memiliki kualitas tidur yang buruk, kualitas tidur mempengaruhi tinggi rendahnya tekanan darah seseorang, jika kualitas tidur semakin buruk maka nilai vital sign dimana tekanan darah termasuk didalamnya mengalami peningkatan (Ramadiah dan Suryandari, 2023). Berdasarkan data dari World Health Organisation (WHO) tahun 2021 yang dikutip oleh Darmin dkk, prevalensi hipertensi di Asia Tenggara pada tahun 2020 sebanyak 39,9% dengan mayoritas usia dewasa (Darmin dkk., 2023). Berdasarkan hasil RISKESDAS tahun 2018, prevalensi penderita penyakit tekanan darah tinggi mengalami kenaikan dari angka 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Jawa Timur mendapati angka 36,3% dimana prevalensi tersebut lebih tinggi dibandingkan angka prevalensi secara nasional.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2022 tercatat 7.088.136 penduduk dengan kasus hipertensi dengan kabupaten ngawi mendapati peringkat ke-13 dari 38 kota serta kabupaten di Jawa Timur dengan nilai persentase 78,8% penduduk (Dinkes Jatim, 2022). Berdasarkan data di kecamatan Paron pada tahun 2023 terdapat 1.218 kasus hipertensi dimana dusun Jegolan terdapat 43 kasus penderita. Menurut hasil penelitian Rahmadiah & Suryandari didapatkan rata-rata tekanan darah penderita hipertensi yakni 20,95 mmHg dengan persentase nilai nadi dalam rentang normal yaitu 76,8%, suhu tubuh rata-rata 36,8°C, dan reaspirasi rate ≥ 20 x/menit sebanyak 53,6 (Ramadiah dan Suryandari, 2023). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Alfi & Roni didapatkan 73,3% penderita hipertensi memiliki kualitas tidur yang buruk (Alfi wahid dan Roni, 2018). Menurut data RISKESDAS tahun 2018 penggunaan pelayanan tradisional keterampilan manual salah satunya yakni Bekam sebanyak 65,3% (Riskesdas, 2018). Pada survei awal terhadap 10 orang penderita hipertensi di dusun Jegolan, didapatkan 7 dari 10 melakukan terapi bekam untuk hipertensi dan sisanya konvensional.

Prevalensi Hipertensi kemungkinan akan terus meningkat akibat perubahan gaya hidup seperti kebiasaan merokok, obesitas, pola makan dengan gizi buruk, dan stres psikososial (Akbar dan Santoso, 2020). Mekanisme stres pembuluh darah terjadi akibat tidak terpenuhinya kebutuhan oksigen yang berpengaruh pada pertumbuhan endotel pembuluh darah. Endotel pembuluh darah mengeluarkan nitric oxide sebagai vasodilator pembuluh darah. Disfungsi endotel pembuluh darah mengganggu produksi nitric oxide yang menyebabkan terjadinya vasokonstriksi pada pembuluh darah. Ketidakseimbangan vasodilator dan vasokonstriktor menjadikan resistensi pembuluh darah sehingga menyebabkan hipertensi (Saputra dan Widodo, 2020). Ketidakseimbangan produk oksigen yang ada dalam darah akibat kondisi tekanan darah yang tinggi sehingga darah akan cenderung lama mengikat oksigen yang ada dalam tubuh untuk dialirkan ke jaringan tubuh lain, sehingga memicu terjadinya perubahan nilai vital sign diantaranya nadi dan tekanan darah (Ramadiah dan Suryandari, 2023). Manifestasi klinis penderita hipertensi berupa sakit kepala, mual & muntah, gelisah, mata berkunang-kunang, mudah lelah, sesak napas, penglihatan kabur, telinga berdengung, nyeri dada, rasa berat pada tengkuk, ataupun denyut jantung yang tidak teratur, selain itu juga timbul gejala gangguan tidur yang menyebabkan kualitas tidur penderita hipertensi buruk (Tiara, 2020). Penderita hipertensi memiliki stress salah diantaranya dikarenakan penurunan

hormon estrogogen akibat usia dan jenis kelamin, stress tersebut menjadi perangsang untuk tubuh memproduksi hormon adrenalin pada kelenjar adrenal melalui medulla dan hormon kortisol, dengan itu peningkatan hormon adrenalin menyebabkan denyut jantung lebih cepat sedangkan hormon kortisol menyebabkan vasokonstriksi sehingga menaikkan tekanan darah yang menjadikan kualitas tidur seseorang menjadi buruk (Dyah dan Rakhmat, 2021). Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Sakinah, Kosasih, dan Sari pada tahun 2018 didapatkan angka 94,9% penderita hipertensi memiliki kualitas tidur yang buruk (Merdekawati dkk, 2021).

Upaya untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis yang banyak digunakan oleh masyarakat saat ini adalah terapi hijamah/bekam (cupping therapy). Menurut riwayatnya dahulu Rasulullah SAW telah menggunakan metode ini untuk mengatasi penyakit yang dideritanya. Bekam merupakan metode pengobatan klasik yang telah digunakan dalam mengobati berbagai macam penyakit salah satunya yakni hipertensi (Hendrawati dkk., 2021). Rasulullah SAW. melakukan bekam di dua otot leher dan di bahunya (Khaleda, 2019). Mekanisme kerja bekam, yakni terdapat pada proses penusukan yang menyebabkan keluarnya Heat Shock Protein (HSP 70) yang akan mengaktivasi Nitrit Oxide (NO), kemudian Nitrit Oxide akan menyebabkan suatu kondisi relaksasi dan vasodilatasi pada pembuluh darah (Setyawan & Astuti, 2022). Terapi bekam juga dapat merangsang pengeluaran hormon Endorphin yang dapat meningkatkan kualitas tidur (Merdekawati dkk, 2021). Penulis buku yang berjudul Al-Qanoon, Sina (980-1037 SM) yang dikutip oleh Syahruramdhani dkk (2020) mengatakan “Bekam tidak diutamakan pada akhir atau awal bulan. Sebaiknya pada pertengahan bulan saat zat-zat racun mulai menumpuk” kondisi tersebut terjadi karena adanya hubungan antara fase-fase bulan dengan tubuh manusia. Salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah yakni gaya gravitasi, dimana setiap fase bulan memiliki resultan gaya gravitasi yang tidak sama besarnya. Gaya gravitasi bulan memungkinkan memiliki efek terhadap cairan manusia sehingga fase bulan yang berbeda juga mempengaruhi sistem kardiovaskuler, salah satunya yaitu tekanan darah (Ashshiddieq, 2018). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Syahruramdhani dkk membuktikan bahwa terdapat potensi khasiat berbekam pada nilai vital sign antara tanggal sunnah dan non sunnah.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul efektivitas terapi bekam basah pada tanggal sunnah terhadap nilai vital sign dan kualitas tidur pada penderita hipertensi di Dusun Jegolan Kecamatan paron Kabupaten Ngawi yang belum pernah dilakukan namun terdapat penelitian yang mengatasi gangguan pola tidur pada pasien hipertensi yang dilakukan oleh Rahayu dkk (2021) membuktikan bahwa bekam terbukti efektif untuk meningkatkan kualitas tidur penderita hipertensi. Berdasarkan hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk mengambil penelitian dengan judul “Efektivitas Bekam Basah pada Tanggal Sunnah Terhadap Nilai Vital Sign dan Kualitas Tidur pada Pasien Hipertensi di Dusun Jegolan Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi”. Tujuan penelitian ini menganalisis Efektivitas Bekam Basah pada Tanggal Sunnah Terhadap Nilai Vital Sign dan Kualitas Tidur pada Pasien Hipertensi di Dusun Jegolan Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan quasi ekperiment. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di Dusun Jegolan Kecamatan Paron Kabupaten Ngawi yang masuk ke dalam kriteria inklusi, yakni penderita hipertensi mulai 46-65 tahun dengan tekanan darah sistolik 140-180 mmHg dan tekanan

darah diastolik 90-110 mmHg . Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling yaitu memilih partisipan dengan kriteria – kriteria.

Prosedur Bekam Basah

Prosedur bekam basah ini adalah 1) pertama kita tentukan titik bekam pada area kulit; 2) kemudian dilakukan relaksasi pada titik tersebut; 3) desinfeksi titik tersebut menggunakan alkohol 70%; 4) lakukan prosedur penghisapan (cupping) pertama 5-7 menit; 5) lakukan penusukan sesuai dengan area cupping dengan kemiringan 45-60 derajat; 6) kemudian tempatkan kembali kop bekam di tempat yang sama; 7) biarkan 5 meneit setelah itu dibuka dan evakusi darah; 8) kemudian tempatkan kembali kop bekam pada area yang sama untuk dilakukan pengekopan ke dua dengan durasi 3-5 menit; dan 9) setelah itu evakuasi darah serta bersihkan area tersebut dengan memperhatikan prinsip aseptik (Setyawan, 2022). Instrumen dalam penelitian ini adalah menggunakan alat bekam untuk melakukan intervensi kepada responden dan sphygmomanometer serta stetoskop manual untuk mengukur tekanan darah, arloji untuk mengukur nadi & pernapasan, serta termometer digital onemed untuk mengukur suhu tubuh responden sebelum serta setelah dilakukannya terapi bekam pada tanggal sunnah. Analisa data dilakukan menggunakan uji wilcoxon test dengan $p < 0,05$.

HASIL

Tabel 1.
Distribusi Karakteristik Responden

	Karakteristik Frekuensi	
	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	30,3
Perempuan	23	69,7
Usia		
46-55 tahun	15	45,5
56-65 tahun	18	54,5

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil yaitu responden dengan jenis kelamin sebanyak laki-laki sebanyak 10 responden (30,3%), sedangkan responden perempuan sebanyak 23 (69,7%). Responden juga dibagi dalam 2 kategori usia yaitu usia 2 responden usia 46-55 tahun sebanyak 15 responden (45,5%), dan rentang usia 56-65 tahun sebanyak 18 responden (54,5%).

Tabel 2.
Distribusi Statistik Terapi Bekam Basah Pada Tanggal sunnah Sebelum dan Setelah

Variabel	Frekuensi
	f
Terapi Bekam	
Melakukan	33
Tidak Melakukan	0

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil sebanyak 31 responden (100%) melakukan tindakan terapi bekam basah pada tanggal sunnah pada titik Al Akhda'ain, titik Azh-Zahrul A'la, dan titik Al-kaahil.

Tabel 3.
Distribusi Statistik Tekanan Darah Sistol Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Dilakukan Tindakan Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah

Variabel	f	Min-Max
Pre Sistol	33	140-180
Post Sistol	33	120-160

Tabel 3 hasil rata-rata tekanan darah sistol sebelum dilukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 153,33 mmHg dengan nilai sistol minimal 140mmHg dan maksimal 180 mmHg dan hasil rata-rata tekanan darah sistol setelah dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 138,18 mmHg, nilai sistol minimal 120 mmHg dan maksimal 160 mmHg.

Tabel 4.

Distribusi Statistik Tekanan Darah Diastol Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Dilakukan Tindakan Bekam Basah pada Tanggal Sunnah

Variabel	f	Min-Max
Pre Diastol	33	90-110
Post Diastol	33	80-100

Tabel 4 hasil rata-rata tekanan darah diastol sebelum dilukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 98,18 mmHg dengan nilai diastol minimal 90 mmHg dan maksimal 110 mmHg sedangkan hasil rata-rata tekanan darah diastol setelah dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 88,18 mmHg dengan nilai minimal 80 mmHg dan maksimal 100 mmHg.

Tabel 5.

Distribusi Statistik Nilai Nadi Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Dilakukan Tindakan Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah

Variabel	f	Min-Max
Pre Nadi	33	72-106
Post Nadi	33	60-100

Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil rata-rata nadi sebelum dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 94,09x/menit dengan nilai minimal 72x/menit dan maksimal 106x/menit sedangkan hasil rata-rata nadi setelah dilakukan bekam basah pada tanggal sunnah adalah 79,18x/menit dengan nilai minimal 60x/menit dan maksimal 100x/menit.

Tabel 6.

Distribusi Statistik Nilai Suhu Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Dilakukan Tindakan Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah

Variabel	f	Min-Max
Pre Suhu	33	35,7-36,6
Post Suhu	33	36,0-36,6

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil rata-rata suhu sebelum dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 36,1636°C dengan nilai minimal 35,7°C dan maksimal 36,6°C sedangkan hasil rata-rata nadi setelah dilakukan bekam basah pada tanggal sunnah adalah 36,1576°C dengan nilai minimal 36,0°C dan maksimal 36,6°C.

Tabel 7.

Distribusi Statistik Nilai RR Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Dilakukan Tindakan Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah

Variabel	n (33)	Min-Max
Pre RR	33	35,7-36,6
Post RR	33	36,0-36,6

Tabel 7 hasil rata-rata pernapasan sebelum dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 19,42 x/menit dengan nilai minimal-maksimal 16-22 dan nilai terbanyak 20x/menit dengan jumlah 14 responden (42,4%) dan hasil rata-rata pernapasan setelah dilakukan bekam basah pada tanggal sunnah adalah 18,58 x/menit dengan nilai minimal-maksimal 16-20x/menit dengan jumlah terbanyak 18x/menit yaitu 20 responden (60,6%).

Tabel 8.

Distribusi Statistik Kualitas Tidur Pasien Hipertensi Sebelum dan Setelah Dilakukan Tindakan Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah

Variabel	F	Min-Max
Kualitas Tidur Pre Bekam	33	1-1
Kualitas Tidur Post Bekam	33	1-2

Berdasarkan tabel 8 didapatkan hasil rata-rata kualitas tidur sebelum dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah yaitu 1,00 yaitu seluruh responden mengalami kualitas tidur yang buruk dan setelah dilakukan bekam basah pada tanggal sunnah adalah 1,88 dimana 29 responden (87,9%) mengalami peningkatan kualitas tidur menjadi baik.

Setelah dilakukannya uji normalitas menggunakan kolmogorof-smirnov. Hasil tes menunjukkan adanya hasil tidak normal pada nilai vital sign dan kualitas tidur sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah ($p \leq 0,05$). Kesimpulan dari hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa menggunakan uji non parametrik dalam penelitian ini yaitu uji wilcoxon.

Tabel 9.
Hasil Uji Wilcoxon Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi

Variabel Pre-Post Sistol				
Pengukuran	f	Mean Rank	Z	P Value
Negative Ranks	32	16,50	-5,060	0,000
Positive Ranks	0	0,00		
Ties	1			
Variabel Pre-Post Diastol				
Pengukuran	f	Mean Rank	Z	P Value
Negative Ranks	28	14,50	-4,963	0,000
Positive Ranks	0	0,00		
Ties	5			

Berdasarkan tabel 9 Hasil uji bivariat bekam basah pada tanggal sunnah terhadap tekanan darah sistolik diperoleh hasil yang signifikan dengan *p value* (p 0,000) dimana dari 33 responden 32 diantaranya mengalami penurunan sebesar 16,50 mmHg dan 1 diantaranya tetap dan terhadap tekanan diastolik diperoleh hasil signifikan dengan *p value* (p 0,000) dimana dari 33 responden 28 diantaranya mengalami penurunan sebesar 14,50 mmHg dan 5 diantaranya tetap.

Tabel 10.
Hasil Uji Wilcoxon Bekam Basah pada Tanggal Sunnah Terhadap Nilai Nadi Pasien Hipertensi di Dusun Jegolan

Variabel Pre-Post Nadi				
Pengukuran	f	Mean Rank	Z	P - Value
Negative Ranks	31	17,74		
Positive Ranks	2	5,50	-4.818	0,000
Ties	0			

Berdasarkan tabel 10 Hasil uji bivariat bekam basah pada tanggal sunnah terhadap nadi diperoleh hasil signifikan dengan *p value* (p 0,000) dimana dari 33 responden 31 diantaranya mengalami penurunan sebesar 17,74x/menit dan 2 diantaranya mengalami peningkatan sebesar 5,50x/menit.

Tabel 11.
Hasil Uji Wilcoxon Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah Terhadap Suhu Pasien Hipertensi di Dusun Jegolan

Variabel Pre-Post Suhu				
Pengukuran	f	Mean Rank	Z	P - Value
Negative Ranks	17	14,35		
Positive Ranks	13	17,00	-0,239	0,811
Ties	3			

Berdasarkan tabel 11 Hasil uji bivariat bekam basah pada tanggal sunnah terhadap suhu diperoleh hasil tidak signifikan dengan *p value* (*p* 0,811) dimana dari 33 responden 17 diantaranya mengalami penurunan sebesar 14,35°C, 13 diantaranya mengalami peningkatan sebesar 17,00°C, dan 3 diantaranya tetap.

Tabel 12.
Hasil Uji Wilcoxon Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah Terhadap nilai Pernapasan Pasien Hipertensi di Dusun Jegolan

Variabel Pre-Post RR				
Pengukuran	f	Mean Rank	Z	P - Value
Negative Ranks	19	13,00		
Positive Ranks	6	13,00	-2.600	0,009
Ties	6			

Berdasarkan tabel 12 Hasil uji bivariat bekam basah pada tanggal sunnah terhadap nadi diperoleh hasil signifikan dengan *p value* (*p* 0,009) dimana dari 33 responden 19 diantaranya mengalami penurunan sebesar 13,00x/menit, 6 diantaranya mengalami peningkatan sebesar 13,00x/menit, dan 6 diantaranya tetap.

Tabel 13.
Hasil Uji Wilcoxon Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah Terhadap Kualitas Tidur Pasien Hipertensi di Dusun Jegolan

Variabel Pre-Post kualitas tidur				
Pengukuran	f	Mean Rank	Z	P - Value
Negative Ranks		0,00		
Positive Ranks	29	14,00	-5.196	0,000
Ties	4			

Berdasarkan tabel 13 Hasil uji bivariat bekam basah pada tanggal sunnah terhadap kualitas tidur diperoleh hasil signifikan dengan *p value* (*p* 0,000) dimana dari 33 responden 29 diantaranya mengalami peningkatan kualitas tidur sebesar 14,00 dan 4 diantaranya tetap berada pada nilai buruk.

PEMBAHASAN

Terapi Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah

Bekam merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat menjadi solusi bagi pasien hipertensi, terlebih jika dilakukan pada tanggal sunnah. Tanggal sunnah merupakan tanggal setelah pertengahan bulan yaitu hari ke 17, 19, dan 21 pada kalender hijriyah. Faktanya bekam masih banyak dilakukan tidak hanya pada tanggal sunnah yang berhubungan dengan gravitasi bulan terhadap metabolisme tubuh manusia, dimana pada tanggal biasa tidak terdapat pengaruh sedangkan pada tanggal sunnah metabolisme tubuh manusia melaju luar biasa kencang yang mempengaruhi suasana hati seseorang seperti ketidakstabilan emosi yang salah satunya menyebabkan marah atau emosi melonjak tanpa alasan. Dengan demikian maka dilakukan tindakan pembekaman guna menstabilkan metabolisme tubuh. Pada penelitian ini seluruh responden menjalani terapi bekam basah pada tanggal sunnah. Bekam ini dilakukan pada titik Al Akhda'ain, titik Azh-Zahrul A'la, dan titik al-kaahil yang berindikasi untuk penderita hipertensi yang dilakukan pada tanggal sunnah. Salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah yakni gaya gravitasi, dimana setiap fase bulan memiliki resultan gaya gravitasi yang tidak sama besarnya. Gaya gravitasi bulan memungkinkan memiliki efek

terhadap cairan manusia sehingga fase bulan yang berbeda juga mempengaruhi sistem kardiovaskuler, salah satunya yaitu tekanan darah (Ashshiddieq, 2018). Penulis buku yang berjudul *Al-Qanoon, Sina (980-1037 SM)* yang dikutip oleh Syahruramdhani dkk (2020) mengatakan “Bekam tidak diutamakan pada akhir atau awal bulan. Sebaiknya pada pertengahan bulan saat zat-zat racun mulai menumpuk” kondisi tersebut terjadi karena adanya hubungan antara fase-fase bulan dengan tubuh manusia. Teori Lieber menyatakan tarikan gravitasi bumi 5.012 kali lebih kuat dari tarikan gravitasi bulan, bulan mengatur pasang surut air laut yang terbuka apalagi air yang menyusun tubuh manusia dalam artian metabolisme tubuh manusia. Dr. Horaci (2021) menyatakan, ternyata setiap lima belas hari sekitar waktu bulan purnama dan bulan bau, pasang surut air laut berada pada titik tertinggi dan terendah, tarikan gravitasi bulan bertambah dan seseorang mengalami pasang surut harian yang paling tinggi atau perbedaan daripada hari biasanya dimana pada fase bulan tengah atau sunnah ini metabolisme tubuh manusia melaju dengan cepat dibanding biasanya yang pada saat itu suasana hati seseorang dapat terpengaruhi seperti emosi yang dapat berlebih dan kualitas tidur yang tidak baik.

Menurut opini peneliti, Terapi bekam basah pada tanggal sunnah menjadi salah satu untuk solusi untuk meningkatkan kesehatan seseorang dengan metode terapi komplementer. Salah satu terapi komplementer yang memiliki banyak manfaat yaitu terapi bekam yang di sunnahkan oleh Rasulullah SAW Dari Ibnu Abbas RA, Rasulullah Salallahu Alaihi wa Sallam bersabda, “Kesembuhan itu berada pada tiga hal, yaitu minum madu, sayatan pisau bekam, dan sundutan dengan api (kay). Sesungguhnya aku melarang umatku (berobat) dengan kay.”(HR. Bukhari). Bekam basah juga dianjurkan pada tanggal sunnah, seperti yang disabdakan nabi Muhammad Dari Abu Hurairah Radhiyallahu Anhu, dia berkata, Rasulullah Shalallahu Alaihi wa Sallam bersabda, “Barangsiapa meminta hijamah pada tanggal 17, 19, dan 21, maka akan menjadi kesembuhan dari segala penyakit.” (Alhakim dan Abu Daud dan Al-Baihaqy. Ini hadist shahih menurut Muslim dan hadist hasan menurut Syaikh Al-Albany) (Khaleda, 2019). Terapi bekam ini dilakukan di tanggal sunnah dimana pada tanggal sunnah yang berada pada fase bulan tengah yaitu setelah fase bulan purnama karena pada fase tersebut zat-zat racun dalam tubuh menumpuk (Benli & Sunay, 2017).

Efektivitas Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah Terhadap Nilai Vital Sign **Efektivitas bekam basah terhadap nilai vital sign meliputi tekanan darah, nadi, suhu, dan pernapasan.**

Tekanan Darah

Tekanan darah penderita hipertensi berada pada angka tidak normal yaitu tinggi. Hal tersebut dikarenakan penurunan elastisitas pembuluh darah pada penderitanya. Dari hasil analisis tekanan darah responden sebelum dengan setelah dilakukannya terapi bekam basah pada tanggal sunnah menunjukkan penurunan yang signifikan. Hal tersebut terjadi karena adanya pengeluaran CPS, substansi hidrofobik hidrofilik, serta meningkatkan nitrit oksida yang membuat penurunan stres oksida dan memunculkan dampak relaksasi serta dilatasi pembuluh darah di jantung yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Hal ini sejalan dengan Syahruramdhani (2021), yang menjelaskan bahwa terapi bekam pada tanggal sunnah dalam teori Taibah dimana dengan keluarnya CPS, substansi hidrofobik, serta meningkatnya nitrit oksida yang terjadi selama proses pembekaman berdampak pada penurunan tekanan darah. Tagil et al., (2014) menemukan aktivitas myeloperoksidase yang lebih tinggi, aktiivitas superoksida dismutase yang lebih rendah, kadar malondialdehyde dan nitrit oksida yang lebih tinggi dalam darah bekam dibandingkan dengan darah vena. Tampak oksida nitrat yang berasal dari sel endotel karena terapi bekam menyebabkan vasodilatasi, penurunan resistensi pembuluh darah, tekanan darah rendah, penghambatan agregasi dan adhesi trombosit,

penghambatan adhesi dan migrasi leukosit, dan pengurangan proliferasi otot polos, dan semua ini efek mencegah perkembangan aterosklerosis (Setyawan, 2022). Penelitian lain menyebutkan bahwa dari aspek fisiologi partisipan yang menderita hipertensi mengungkapkan setelah menjalani terapi bekam didapatkan peningkatan kualitas hidup melalui aspek fisiologis yaitu bekam dapat mengurangi rasa nyeri, menurunkan tekanan darah, dan dapat mengurangi kecemasan (Setyawan & Hasnah, 2020).

Menurut opini peneliti, terapi bekam basah pada tanggal sunnah dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dikarenakan bekam dapat merangsang tubuh untuk mengeluarkan nitrit oksida yang dapat berperan dalam mengontrol vasodilatasi pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan penelitian Nuridah & Yodang (2021) dimana terapi bekam memiliki pengaruh menurunkan tekanan darah dan nadi penderita hipertensi.

Nadi

Hasil penelitian ini didapatkan adanya efektivitas bekam basah pada tanggal sunnah terhadap nadi yang signifikan. Hal tersebut terjadi karena terapi bekam teori Taibah dimana dengan keluarnya CPS, substansi hidrofobik, serta meningkatnya nitrit oksida yang terjadi selama proses pembekaman berdampak pada penurunan nilai vital sign salah satunya nadi. Pembekaman yang dilakukan pada satu poin atau titik yang tepat menyebabkan kerusakan cell mast dan kerusakan pada kulit (kutis), jaringan bawah kulit (sub kutis), fascia, serta otot. Kerusakan tersebut berakibat pada tubuh untuk melepaskan beberapa zat seperti serotonin histamin, bradikinin, slow reaction substance (SRS), serta zat-zat yang lain yang dimana zat-zat tersebut menyebabkan dilatasi kapiler dan arteriol, serta flare reaction pada daerah yang dilakukan pembekaman. Dilatasi kapiler terjadi juga pada daerah yang jauh dari daerah pembekaman yang menyebabkan terjadinya perbaikan mikrosirkulasi pembuluh darah yang mengakibatkan timbul efek relaksasi otot serta vasodilatasi pada pembuluh darah menyebabkan penurunan nilai tanda vital (Ismail, 2021). Menurut opini peneliti, terapi bekam basah pada tanggal sunnah dapat menurunkan nilai denyut nadi pada pasien hipertensi dikarenakan bekam dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot serta vasodilatasi pada pembuluh darah yang menjadikan denyut nadi seseorang dapat menurun. Hal ini sejalan dengan penelitian Sucipto dkk (2023), bahwa bekam dapat menurunkan nadi dan tekanan darah pasien hipertensi sehingga dapat digunakan sebagai salah satu terapi komplementer bagi penderita hipertensi.

Suhu

Suhu tubuh seseorang merupakan gambaran hasil metabolisme. Suhu permukaan tubuh berfluktuasi bergantung pada aliran darah ke kulit serta jumlah panas yang hilang keluar. Hasil penelitian ini didapatkan adanya efektivitas bekam basah pada tanggal sunnah terhadap suhu yang tidak signifikan. Hal ini terjadi karena perubahan yang disebabkan terapi bekam lebih dalam dan tidak mungkin terdeteksi dengan termografi, seperti penelitian yang dilakukan oleh Valtopato (2020). Bekam dapat meningkatkan Skin Surface Temperature (SST) yang dapat terjadi karena tekanan negatif pada saat bekam dapat meningkatkan suhu area pembekaman. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa terapi bekam meningkatkan suhu tubuh dikarenakan tekanan dan lamanya waktu bekam mungkin dapat menjadi faktor peningkatan suhu diseluruh tubuh saat dilakukannya terapi pembekaman (Duh & Chiu, 2015). Menurut teori Taibah, Tekanan negatif kop pada permukaan kulit yang membuat kulit terangkat, meningkatkan filtrasi labirin, dan pengumpulan cairan interstitial. Penorehan kulit akan meningkatkan imunitas dan membuka sawar kulit. Pembukaan sawar kulit dan adanya tekanan kop akan menyebabkan terjadinya hemolisis sel darah merah tua, meningkatkan ekskresi cairan interstitial yang tercampur dengan sampah, menyaring cairan dalam ruangan

yang mengandung sampah larut, melepaskan opioid endogen, meningkatkan peran sekretorik kulit dan menyebabkan darah nampaknya di tempat torehan. Semua hal tersebut pada akhirnya akan mengembalikan homeostatis tubuh salah satunya suhu tubuh seseorang (Hidayati dkk., 2019). Menurut opini peneliti, tidak adanya perbedaan suhu tubuh yang signifikan sebelum dengan setelah dilakukannya terapi bekam mungkin disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu lamanya waktu vakum dan kekuatan tekanan negatif yang diberikan selama bekam. Hal ini sejalan dengan penelitian Syahrurhamdhani (2020) dimana tidak terdapat perbedaan suhu yang signifikan saat sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam basah pada tanggal sunnah.

Pernapasan

Hasil penelitian ini didapatkan adanya efektivitas bekam basah pada tanggal sunnah terhadap pernapasan yang signifikan. Siklus bulan memiliki dampak gravitasi ketika air laut pasang surut yang dapat mempengaruhi tubuh manusia salah satunya sistem pernapasan (Syahruramdhani, 2020). Hal tersebut terjadi karena terapi bekam memberikan efek positif dari hasil pengekupan yang memberikan efek perbaikan sirkulasi pembuluh darah untuk mengalirkan oksigen bagi seluruh tubuh (Klepikov, 2018). Pengekupan saat bekam memberikan efek perbaikan sirkulasi darah, sehingga memberikan efek positif pada pembuluh paru serta mengurangi spasme jalan napas (Setyawan, 2022). Pada penghisapan pertama bertujuan memberikan tekanan negatif pada kulit atau membuat kondisi hipoksia lokal. Tubuh akan melakukan improvisasi adaptasi yaitu dengan mengaktivasi gen Hipoxia Includable Factor (HIF) yang akan berinteraksi dengan enzim dan faktor transkripsi lainnya untuk mengendalikan vaskularisasi serta pertumbuhan jaringan. Saat hipoksia, Sinyal HIF mengarah pada respon adaptif agar mengurangi permintaan oksigen dan meningkatkan pasokan oksigen yang berujuan mencapai keseimbangan baru (Setyawan, 2020). Kondisi hipoksia juga akan merangsang produksi sel darah merah sehingga terjadi peningkatan kadar hemoglobin yang mempunyai dua fungsi pengangkut penting diantaranya yaitu pengangkutan oksigen dari respirasi ke jaringan perifer juga pengangkutan proton dari jaringan perifer ke organ respirasi untuk selanjutnya diekskresikan keluar (Sapada dan Asmalinda, 2019). Menurut opini peneliti, kejadian dilatasi pembuluh darah akibat terapi bekam basah menyebabkan lancarnya aliran darah serta meningkatnya hormon endorfin sehingga terjadi penurunan laju pernapasan.

Efektivitas Bekam Basah Pada Tanggal Sunnah Terhadap Kualitas Tidur

Hasil penelitian didapatkan tingkat efektivitas antara terapi bekam basah pada tanggal sunnah terhadap kualitas tidur pada pasien hipertensi. Terapi bekam basah pada tanggal sunnah ini juga meningkatkan kualitas tidur dengan bukti bahwa terjadi nilai signifikan pada sebelum dilakukannya intervensi dan setelah dilakukan mendapat hasil yang meningkat. Fakta ini didukung oleh hasil penelitian terdahulu dimana terapi bekam dapat meningkatkan kualitas tidur penderita hipertensi dikarenakan terapi bekam dapat menstimulasi tubuh untuk menghasilkan hormon endorfin (Hendrawati et al., 2021). Terapi bekam dapat merangsang pengeluaran hormon Endorphin yang dapat meningkatkan kualitas tidur. Seluruh anggota tubuh mendapat efek relaksasi dan kesegaran akibat pengeluaran hormon endorfin dari tindakan pembekaman dimana posisi rileks inilah yang menurunkan stimulus ke sistem aktivasi reticular (SAR), yang berlokasi pada batang otak teratas dimana SAR dapat mempertahankan kewaspadaan dan terjaga. Stimulus SAR menurun kemudian diambil alih oleh bulbar synchronizing region (BSR) yang berkebalikan fungsi dengan SAR, sehingga tidur yang diharapkan tercapai dan kualitas tidur meningkat. Bekam juga meningkatkan kualitas tidur pasien hipertensi dimana trombosit melepaskan serotonin yang tertarik ke daerah inflamasi yang berfungsi mengatur suasana hati, nafsu makan, serta memperbaiki

kualitas tidur untuk menjadi baik, lebih nyaman, rileks, dan memberikan rasa tenang (Ismail,2021). Sudut pandang fisika menjelaskan bahwa untuk membersihkan racun bekam menghasilkan hisapan tekanan negatif yang memberikan keuntungan ekstraksi racun yang dihasilkan oleh cairan purulen, eksudasi, dan kuman, serta enzim histolic. Selain itu bekam mempromosikan pertumbuhan granulasi dan pemulihan luka. Aliran darah cenderung memecah penghalang dan memberikan jalan bagi racun untuk dikeluarkan oleh tubuh (Setyawan, 2022).Peneliti berasumsi bahwa terapi bekam basah pada tanggal sunnah berdampak efektif pada kualitas tidur pasien hipertensi karena terapi bekam pada tanggal sunnah dimana pada waktu tersebut laju metabolisme tubuh melaju dengan cepat membuat racun-racun menumpuk dapat dikeluarkan dari darah melalui terapi bekam basah dan menjadikan kualitas tidur meningkat yang menciptakan kualitas tidur menjadi baik. Hal ini sejalan dengan penelitian Hendrawati (2021) dimana terapi bekam efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bagi pasien hipertensi.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa terapi bekam basah pada tanggal sunnah fektivitas terhadap nilai vital sign dan kualitas tidur pada pasien hipertensi di Dusun Jegolan

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi wahid, & Roni, Y. (2018). Jurnal berkala epidemiologi. 6, 139–146. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i22018.139-146>
- Akbar, H., & Budi Santoso, E. (2020). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat (Studi Kasus Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow). Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI) , 3 (1), 12-19. <https://doi.org/10.56338/mppki.v3i1.1013>
- Ashshiddieq, A. (2018). Hubungan antara fase bulan dengan tekanan darah pasien lansia hipertensi di panti sosial tresna werdha mulia III periode sya'ban 1438 h.
- Benli, A. R., & Sunay, D. (2017). Changing efficacy of wet cupping therapy in migraine with lunar phase: A self-controlled interventional study. *Medical Science Monitor*, 23(September), 6162–6167. <https://doi.org/10.12659/MSM.905199>
- Darmin, Ningsih, S. R., Kadir, W. W., Mokoagow, A., Mokodongan, M., & Sapii, R. (2023). Fakta Gaya Hidup Lansia Dengan Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Tungoi. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(1), 158–163.
- Dinkes Jatim. (2022). Profil kesehatan provinsi jawa timur tahun 2022. In Dinkes.
- Duh, F.-C., and Chiu, Y.-H.: 'Vacuum cupping under various negative pressures: An experimental investigation, *Vacuum*. 2015. 2, (7)
- Dyah, D., & Rakhmat, S. (2021). Pengaruh teknik relaksasi autogenik terhadap kualitas tidur penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 119.
- Hendrawati, N. P. O., Setyawan, A., Saifudin, I. M. M. Y., & Sari, D. N. A. (2021). Hijamah meningkatkan kualitas tidur pada pasien hipertensi. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11, 1–10.
- Ismail, E.S.A. (2020) “Literature Review Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Kualitas Tidur Klien Hipertensi,” Naskah Publikasi, hal. 1–10.
- Khaleda, S. Al. (2019). Terapi hijamah (bekam) menurut pendekatan sejarah dan sunnah. In

Tesis.

- Merdekawati, R., Komariah, M., & Sari E. A. (2021). Intervensi non farmakologis untuk mengatasi gangguan pola tidur pada pasien hipertensi: studi literatur. *Jurnal Keperawatan BSI*, 225–233.
- Nuridah, & Yodang. (2021). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi: studi quasy eksperimental. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), 53. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62909>
- Ramadiyah, W., & Suryandari, D. (2023). Gambaran tanda tanda vital dan saturasi oksigen pada penderita hipertensi emergency di instalasi gawat darurat. 62.
- Riskesdas. (2018). Laporan riskesdas 2018 nasional. In Lembaga Penerbit Balitbangkes. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Sapada, E. I., & Asmalinda, W. (2019). Pengaruh Wet Cupping Terhadap Penignkatan Kadar Hemoglobin. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 175.
- Sakinah, P. R., Kosasih, C. E. & Sari, E. A., 2018. Gambaran kualitas tidur pada penderita hipertensi quality of sleep among hypertension patients. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 13(2), p. 46. doi: 10.32382/medkes. v13i2.663.
- Setyawan, A. (2022). Cupping for nursing : tinjauan syari'ah dan ilmiah. Yayasan pendidikan cendekia muslim.
- Setyawan, A., & Astuti, W. W. (2022). Efektivitas bekam terhadap penurunan tekanan darah systole pada pasien hipertensi. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 3(1), 11–17. <https://doi.org/10.53510/nsj.v3i1.109>
- Sucipto, A., Fadlilah, S. and Muflih, M. (2023) 'Terapi Bekam Basah guna Memperbaiki Status Hemodinamik pada Pasien Hipertensi', *Faletehan Health Journal*, 10(02), pp. 115–120. Available at: <https://doi.org/10.33746/fhj.v10i02.446>.
- Syahruramdhani, S., Risdiana, N. and Setyawan, A. (2021) 'Efficacy of Islamic Wet Cupping Therapy on Vital Sign in Lunar Phase: A Comparative Study Between Sunnah and Non-sunnah Dates', *Proceedings of the 4th International Conference on Sustainable Innovation 2020–Health Science and Nursing (ICoSIHSN 2020)*, 33(ICoSIHSN 2020), pp. 538–542. Available at: <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.210115.105>
- Tagil, S.M. et al. (2014) 'Wet-cupping removes oxidants and decreases oxidative stress.', *Complementary Therapies in Medicine* [Preprint].
- Tiara, U. I. (2020). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(2), 167–171. <https://doi.org/10.35893/jhsp.v2i2.51>