

Edukasi Pemanfaatan Keperawatan Komplementer Bekam Seluncur Pada Keluhan Nyeri Orang Dengan Hipertensi

Khoirul Latifin¹, Sigit Purwanto², Karolin Adhistry³, Zulian Efendi⁴

^{1,2,3,4} Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

*Corresponding author

E-mail: khoirullatifin@fk.unsri.ac.id (Khoirul Latifin)*

Article History:

Received: Juli 2024

Revised: Juli 2024

Accepted: Juli 2024

Abstract: Banyak ditemukan penderita hipertensi di masyarakat, terutama pada usia dewasa sampai pada lansia. Hipertensi dapat meningkatkan risiko yang tinggi dalam menimbulkan masalah keperawatan baru dan keluhan. Salah satu keluhan yang muncul pada orang dengan hipertensi adalah nyeri kepala. Diperlukan penanganan yang alami, diterima dan bisa dilakukan oleh orang awam, yaitu dengan memperkenalkan kepada masyarakat tentang perawatan komplementer “bekam seluncur”. Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk menambah wawasan pengetahuan masyarakat tentang keperawatan komplementer yang dapat dilakukan secara mandiri dalam keluarga. Metode kegiatan yang digunakan yaitu dengan mengumpulkan warga di Balai Desa, kemudian memberikan pendidikan kesehatan. Sasaran kegiatan ini adalah warga desa dengan masalah kesehatan hipertensi. Bentuk kegiatannya berupa pemberian edukasi dengan metode ceramah dan demonstrasi bekam seluncur. Peserta dilakukan pengukuran dengan menggunakan kuesioner pre-post test. Hasil yang diperoleh sebelum diberikan edukasi adalah 80% peserta memiliki pengetahuan yang cukup, dan setelah diberikan edukasi mengalami peningkatan menjadi 46% yang memiliki pengetahuan baik. Hasil uji analisis juga menunjukkan pengaruh yang signifikan edukasi perawatan komplementer pada keluhan nyeri kepala orang dengan hipertensi. Dengan adanya edukasi dapat memberikan wawasan kepada masyarakat dalam memilih alternatif terapi ketika keluhan nyeri muncul.

Keywords:

Edukasi Perawatan Komplementer Bekam, Hipertensi, Nyeri Kepala

Pendahuluan

Dewasa ini banyak ditemukan penderita hipertensi di masyarakat, terutama pada usia dewasa sampai pada lansia. Penyakit hipertensi ditimbulkan oleh berbagai jenis faktor penyebab, misalnya cara hidup yang tidak sehat sampai kebiasaan

mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Cara hidup dan kebiasaan mengonsumsi jenis makanan yang tidak sehat dapat menyebabkan peningkatan plak-plak pada pembuluh darah, sehingga ada penyempitan dan pengerasan pada pembuluh darah. Hal ini mengakibatkan jantung harus memompa lebih kuat untuk menyuplai nutrisi melalui darah agar semua sistem di tubuh dapat bekerja. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tanda adanya peningkatan tekanan darah yang dialami oleh pasien dengan tanda sistolik lebih dari 130 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg (AHA (American Heart Association), 2017). Hipertensi dapat dimaknai suatu kondisi individu mengalami kenaikan tekanan darah lebih dari normal dan akan menyebabkan bertambahnya angka kesakitan dan kematian (Triyanto, 2014).

World health organization menyatakan fakta tentang 17 juta orang yang meninggal dikarenakan memiliki masalah kardiovaskular, dan 9,4 juta orang mengalami komplikasi akibat dari hipertensi. Kemenkes RI menyatakan bahwa jumlah penderita hipertensi di Indonesia diangka 30,9% (Kemenkes RI, 2017). Jenis kelamin perempuan lebih berisiko mengalami hipertensi 32,9% lebih tinggi daripada laki-laki sebesar 28,7%. Hipertensi banyak ditemukan di kelompok masyarakat yang tinggal di perkotaan dengan angka 31,7% dibandingkan dengan orang yang tinggal di pedesaan sebesar 30,2% (Kemenkes RI, 2017).

Penyakit hipertensi dapat menimbulkan adanya risiko yang lebih berbahaya terhadap adanya penyakit baru di sistem kardiovaskular. Gangguan hipertensi diakibatkan dari beberapa jenis faktor, contohnya cara hidup yang tidak sehat dan terlalu sering mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Cara hidup dan terlalu sering mengonsumsi makanan yang tidak sehat dapat menyebabkan peningkatan plak-plak pada saluran darah, sehingga saluran darah menjadi sempit dan keras. Kejadian seperti ini dapat mengakibatkan jantung harus memompa lebih kuat agar suplai makanan dapat mengalir ke seluruh bagian tubuh.

Hipertensi yang tidak dikendalikan dapat mengakibatkan munculnya macam-macam komplikasi, salah satunya nyeri kepala. Diperlukan adanya solusi yang mampu langsung dirasakan oleh orang dengan hipertensi serta tetap mengonsumsi obat anti hipertensi. Menyebarnya informasi melalui media sosial menyebabkan masyarakat selektif dalam memilih perawatan yang tidak menimbulkan efek samping tanpa mengonsumsi jenis obat kimia. Masyarakat mulai melek informasi melalui media sosial dalam memilih jenis terapi yang alami, dan tidak memiliki risiko yang buruk. Masyarakat perlu dibimbing dalam menentukan terapi alami yang akan dipilihnya, sehingga benar-benar dapat memberi manfaat bagi individu. Perawatan komplementer dan modalitas menjadi metode yang bisa dipilih oleh individu karena

mengutamakan terapi yang alami dan berdasarkan hasil penelitian. Keperawatan komplementer yang bisa dipilih oleh masyarakat dan memiliki manfaat yang baik adalah perawatan bekam (*Cupping*).

Salah satu jenis bekam yang bisa dilakukan secara mandiri dalam keluarga adalah bekam seluncur, atau biasa disebut dengan bekam kerok. Bekam seluncur adalah teknik keperawatan komplementer dengan cara pengisapan pada permukaan kulit individu dan menarik cup searah tulang rusuk. Teknik bekam ini dapat memberikan efek relaksasi pada area punggung, sistem saraf pasien dan mengeluarkan hormon positif untuk mengurangi rasa nyeri kepada pada orang dengan hipertensi.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dipersiapkan dan dilakukan mulai dari bulan Juli 2023 hingga November 2023. Tahapan dalam pengabdian ini dimulai dengan mengidentifikasi masalah yang ada di masyarakat, kemudian melakukan analisis dan menentukan bentuk kegiatan yang dibutuhkan oleh masyarakat sesuai dengan rekomendasi dari masyarakat yang diwakili oleh perangkat desa Sakatiga. Kemudian penulis menyiapkan SAP, SOP dan materi yang akan disampaikan kepada masyarakat dalam bentuk proposal. Setelah mendapatkan izin dari Dinas Kesehatan Kota dan Puskesmas Indralaya, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan kontrak waktu dengan peserta untuk pelaksanaan kegiatan. Saat kegiatan peserta akan diberikan *pre-test* sebelum pemberian edukasi, kemudian setelah pemberian edukasi dan demonstrasi peserta dilakukan *post-test* kembali untuk mengukur apakah peserta dapat memahami materi yang disampaikan.

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan baik diikuti oleh 15 orang peserta yang merupakan orang dengan hipertensi. Karakteristik individu peserta terdiri dari Usia peserta hampir setengah dari peserta berusia 41-50 tahun sebanyak 40%. Berdasarkan teori dari Notoatmodjo (2017) bahwa pengetahuan merupakan ilmu pengetahuan yang dapat dipahami oleh orang atau responden tentang sehat sakit atau kesehatan (Notoatmodjo, 2017). Peserta dengan usia tersebut rentan terkena berbagai penyakit, sehingga dibutuhkan untuk selalu waspada dengan meningkatkan pengetahuannya. Faktor yang dapat merubah pengetahuan terdiri dari umur seseorang, umur seseorang terhitung dari saat dilahirkan sampai saat ini. Semakin mencukupi usianya, maka level kematangan dan kekuatan seseorang

menjadi lebih bijak dalam berpikir dan bekerja. Umur dapat mempengaruhi kemampuan memahami dan cara berpikir seseorang. Semakin meningkatnya umur akan semakin meningkat juga daya tangkap dan pola pikirnya, dan pemahaman terhadap sesuatu yang didapat akan semakin membaik (Notoatmodjo, 2017).

Berdasarkan karakteristik pendidikan adalah sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 60%, SMP 33,33% dan Sarjana sebanyak 6,67%. Pendidikan merupakan faktor eksternal seseorang untuk dapat memahami sesuatu dengan cepat. Pendidikan bisa meningkatkan luasnya pengetahuan seseorang, rata-rata orang yang memiliki jenjang pendidikan lebih tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih dalam dibandingkan dengan orang yang pendidikannya berada di bawahnya (Notoatmodjo, 2017). Pendidikan yang tinggi akan menambah kedewasaan dan cara berpikir seseorang, mudah dalam menerima informasi dan menyikapi informasi baru dengan bijak.

Tabel 1. *Pre-test* Tingkat Pengetahuan Peserta Tentang Perawatan Komplementer Bekam Seluncur

<i>Pre Test</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	1	6,67
Cukup	12	80
Kurang	2	13,33
Total	15	100

Tabel 1 menjelaskan bahwa hasil *pre test* didapatkan hampir seluruhnya peserta memiliki pengetahuan yang cukup yaitu 80%. Hal ini sejalan dengan tingkat pendidikan peserta yang sebagian besar berpendidikan SMA, sehingga sudah terbiasa informasi yang didapat melalui berbagai media.

Tabel 2. *Post Test* Tingkat Pengetahuan Peserta Tentang Perawatan Komplementer Bekam Seluncur

<i>Post Test</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	7	46,67
Cukup	8	53,33
Kurang	0	0
Total	15	100

Tabel 2 menjelaskan bahwa hasil dari *post test* didapatkan peningkatan pengetahuan dari beberapa peserta menjadi lebih baik yaitu 46,67%, dan dalam kategori cukup sebesar 53,33%. Hal ini sesuai dengan usia dan tingkat pendidikan

peserta yang hampir seluruhnya berpendidikan SMA. Sehingga mudah untuk menerima dan memahami materi yang disampaikan oleh penulis.

Diskusi

Tabel 1 dan 2 menunjukkan hasil pengetahuan peserta sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang keperawatan komplementer bekam seluncur. Hasil yang didapat adalah adanya perubahan atau peningkatan pengetahuan peserta sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan. Hasil *pre test* menunjukkan sebagian besar pengetahuan peserta berada dikategori cukup dengan nilai 80%. Dan hasil *post test* menunjukkan hasil pengetahuan peserta meningkat setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang keperawatan komplementer bekam seluncur. Hasil pengabdian ini sependapat dengan penelitian yang dihasilkan oleh Prasetya (2016) tentang Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan keluarga tentang hipertensi. Penelitiannya menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan keluarga tentang hipertensi dengan p value: 0,000. Hasil tersebut menjelaskan bahwa dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada masyarakat, maka akan ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang suatu ilmu yang kita sampaikan (Prasetya, 2016).

Hasil penelitian dari oleh Sumartini et al., (2020) tentang pemahaman klien yang diberikan perawatan komplementer obat tradisional tentang perawatan hipertensi dengan populasi pasien hipertensi berjumlah 33 responden. Didapatkan hasil dengan metode deskriptif bahwa responden memiliki pengetahuan baik sebesar 57,6%. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat yang memilih terapi komplementer sudah memiliki pengetahuan yang baik. Masyarakat sudah menyadari pentingnya perawatan penyakit menggunakan terapi komplementer untuk meningkatkan kesehatannya. Pengabdian lain juga menjelaskan bahwa peserta kegiatan pengabdian masyarakat tentang jenis komplementer untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil telah memiliki pemahaman yang baik (Pebrianthy & Dewi, 2020).

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Hapsari et al., (2023) melakukan pendidikan kesehatan pada peningkatan terapi komplementer saintifikasi jamu berbasis digital pada UPTD Wisata Jamu Kalibakung. Pengabdian yang dilakukannya menjelaskan tentang pentingnya terapi komplementer diinformasikan kepada masyarakat dengan menggunakan memanfaatkan komunikasi digitalisasi dan informasi. Sehingga promosi tentang terapi pilihan untuk masyarakat menjadi alternatif dalam menjaga kesehatannya. Penulis sangat mendukung adanya

penyebaran informasi tentang keperawatan komplementer melalui berbagai media agar masyarakat dapat memahami berbagai cara dalam menjaga kesehatannya tanpa harus selalu menggunakan obat-obatan warung.

Hayati (2021) melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang terapi komplementer dalam kehamilan. Penulis mengatakan penggunaan perawatan komplementer dalam bidang kesehatan harus dibuktikan keamanannya dengan hasil penelitian yang jelas. Dalam pengabdian ini penulis melakukan pendidikan dan memberikan informasi tentang keperawatan komplementer berdasarkan beberapa hasil penelitian. Salah satu penelitian yang sudah pernah dilakukan oleh penulis adalah pemanfaatan keperawatan komplementer bekam basah pada orang dengan hipertensi. Hasil yang didapatkan adalah terdapat pengaruh yang signifikan setelah dilakukan bekam basah pada orang dengan hipertensi.

Masyarakat awam kurang memperhatikan beberapa risiko yang bisa ditimbulkan oleh hipertensi. Sehingga ketika muncul salah satu gejala hipertensi, masyarakat cenderung menggunakan obat-obatan toko. Masyarakat dengan hipertensi baru menyadari bahwa penyakitnya itu termasuk penyakit berbahaya ketika sudah muncul adanya komplikasi seperti penyakit jantung lain, gagal ginjal dan penyakit lainnya. Masih perlu banyak pendidikan kesehatan kepada masyarakat tentang pencegahan dengan berbagai pilihan terapi alternatif, agar masyarakat tidak selalu menghindari pengobatan medis di Puskesmas atau Rumah Sakit.



Gambar 1. Kegiatan Mengisi Kuesioner



Gambar 2. Penyampaian Materi



Gambar 3. Demonstrasi Bekam Seluncur



Gambar 4. Pemberian Hadiah Peserta Terbaik dan aktif

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan baik dan

mendapatkan umpan balik yang positif dari peserta. Peserta terlihat antusias dengan mengajukan pertanyaan dan menjawab dari setiap pertanyaan yang diberikan oleh pemateri. Edukasi pemanfaatan keperawatan komplementer bekam seluncur pada nyeri kepala orang dengan hipertensi dapat menjadi bahan informasi dan rujukan bagi masyarakat untuk menurunkan rasa nyeri kepala. Dan masyarakat tetap harus selalu mengontrol tekanan darahnya dalam kondisi stabil dan tidak terlalu tinggi. Kegiatan ini bisa menjadi pilihan bagi petugas kesehatan, baik dari puskesmas dan dinas kesehatan sebagai pilihan alternatif bagi masyarakat agar memilih terpai komplementer dan tidak tergantung dengan obat-obatan yang dijual bebas.

Pengakuan/Acknowledgements

Terima kasih disampaikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang telah mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Dan terima kasih kepada aparat pemerintahan Desa Sakatiga yang telah memberikan tempat dan waktu untuk dilakukannya pengabdian ini.

Daftar Referensi

- AHA (American Heart Association). (2017). *Hypertension: The Silent Killer: Updated JNC-8 Guideline Recommendations*. Pharmacy Association.
- Hapsari, W., Risnanto, R., & Salamah, U. (2023). Peningkatan Pengetahuan Terapi Komplementer Sainifikasi Jamu Berbasis Digital Pada Uptd Wisata Jamu Kalibakung Kab Tegal. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 4(1), 9–16.
- Hayati, F. (2021). Pendidikan Kesehatan tentang Terapi Komplementer dalam Kehamilan. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 3(2), 120–125.
- Kemendes RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016*. Kemendes RI.
- Notoatmodjo, S. (2017). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. *Jakarta: Rineka Cipta*, 193.
- Pebriantny, L., & Dewi, S. S. S. (2020). Pendidikan kesehatan tentang terapi komplementer untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil di Desa Labuhan Labo tahun 2019. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufo (JPMA)*, 2(1), 32–36.
- Sumartini, N. P., Purnamawati, D., & Sumiati, N. K. (2020). Pengetahuan pasien yang menggunakan terapi komplementer obat tradisional tentang perawatan hipertensi di Puskesmas Pejeruk tahun 2019. *Bima Nursing Journal*, 1(2), 103–112.
- Triyanto, E. (2014). Pelayanan keperawatan bagi penderita hipertensi secara terpadu. *Yogyakarta: Graha Ilmu*.