

## EFEKTIVITAS WET CUPPING THERAPY TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI

Aris Setyawan<sup>1\*</sup>, Kholifah Hasnah<sup>2)</sup>

<sup>1</sup> STIKes Surya Global Yogyakarta

<sup>2</sup> Akademi Keperawatan Insan Husada Surakarta

\*e-mail: [setyawan08@gmail.com](mailto:setyawan08@gmail.com)

### ABSTRAK

Hipertensi (*silent killer*) merupakan suatu keadaan dimana adanya peningkatan tekanan darah baik systole maupun diastole yang abnormal. Kondisi ini yang menimbulkan kecemasan pada pasien hipertensi. Kecemasan yang dialami pasien hipertensi justru akan memperburuk kondisi hipertensinya. Penatalaksanaan kecemasan pada pasien hipertensi terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang bisa digunakan adalah wet cupping (bekam). Bekam akan menstimulus sekresi hormon  $\beta$ -endorphin yang akan memberikan efek anti nyeri dan juga efek anxiolytic (anti cemas). Dengan demikian, peneliti melakukan penelitian lebih lanjut, terkait wet cupping (bekam) dalam penurunan kecemasan pada pasien hipertensi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pre-experiment dengan model rancangan pre-post test, dengan jumlah responden 25 orang. Instrumen dalam penelitian ini dengan menggunakan kuesioner Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS) dengan 20 pertanyaan. Analisis penelitian menggunakan uji normalitas dengan menggunakan Shapiro-Wilk dan analisis uji Paired T-test. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dengan nilai p-value 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa wet cupping (bekam) efektif untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi di Posbindu PTM Wijaya Kusuma Taskombang Palbapang Kecamatan Bantul Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menambah variabel atau pada penyakit yang berbeda.

**Kata kunci:** Bekam, Hipertensi, Kecemasan

### ABSTRACT

Hypertension (*silent killer*) is a condition where there is an increase in blood pressure both systole and diastole which is abnormal. This condition causes problems in hypertensive patients. Hypertension will worsen the condition of hypertension. Management is completed in hypertensive patients consisting of pharmacological and non-pharmacological therapies. One non-pharmacological therapy that can be used is wet cupping. Wet Cupping will stimulate the secretion of the hormone  $\beta$ -endorphin which will provide an anti-pain effect and also anxiolytic (anti-anxiety) effect. Thus, researchers conducted further research, related to wet cupping. This study used a pre-experimental research design with a pre-post test design model, with 25 respondents. The instrument in this study used the Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS) questionnaire with 20 questions. Analysis of the study used a normality test using Shapiro-Wilk and paired T-test analysis. The analysis showed a significant difference with a p-value of 0,000. Wet cupping (cupping) is effective for reducing risk in hypertensive patients in Posbindu PTM Wijaya Kusuma Taskombang Palbapang, Bantul, Special Region of Yogyakarta. It is hoped that further researchers can conduct research by adding variables or in different diseases.

**Keywords:** Wet Cupping, Hypertension, Anxiety

## 1. PENDAHULUAN

Pada tahun 2025, diperkirakan sekitar 1,56 milyar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Di Indonesia hipertensi terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, hal ini dibuktikan dengan hasil dari Departemen Kesehatan RI pada tahun 2018, mengalami peningkatan angka hipertensi sebesar 8,2% dari sebelumnya. Sedangkan data dari riskesdas melaporkan bahwa penderita hipertensi di DIY mencapai 34,1% dan 29,89% di kabupaten bantul DIY. Selain itu jumlah pasien hipertensi tertinggi terdata di wilayah Puskesmas Bantul I dengan jumlah 1.505 pasien. (Dinkes Kabupaten Bantul, 2019). Hipertensi (*silent killer*) merupakan suatu keadaan dimana adanya peningkatan tekanan darah baik *systole* maupun *diastole* yang abnormal (Ritu, 2011). Penyakit hipertensi dapat berkembang selama bertahun-tahun tanpa gejala dan keluhan secara nyata (Triyanto, 2014). Kondisi ini yang menimbulkan kecemasan pada pasien hipertensi. Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas, yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, takut dan disertai perubahan fisiologis seperti denyut nadi, pernafasan dan tekanan darah (Stuart, 2019).

Kecemasan yang dialami pasien hipertensi justru akan memperburuk kondisi hipertensinya. Kecemasan akan menstimulus sekresi *Adrenocorticotropin Hormone* (ACTH) dan hormon kortisol, sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah (Guyton & Hall, 2008; Sherwood & Manusia, 2014).. Oleh karena itu, pasien hipertensi yang mengalami kecemasan memerlukan penanganan yang tepat serta baik dalam usaha untuk menurunkan kecemasannya agar tidak memperburuk kondisi hipertensinya.

Penatalaksanaan kecemasan pada pasien hipertensi terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi bagi pasien hipertensi dengan kecemasan yakni menggunakan pendekatan komplementer terapi. Salah satu terapi komplementer yang bisa digunakan adalah *wet cupping* (bekam). Dalam islam, *wet cupping* (bekam) dikenal sebagai "*Hijama*," merupakan salah satu pengobatan yang direkomendasikan oleh Nabi Muhammad, dan digunakan sebagai upaya preventif, kuratif dan rehabilitative (Ahmedi & Siddiqui, 2014).

*Wet cupping* (bekam) adalah metode pengobatan dengan penyedotan kulit di bagian-bagian tertentu untuk mengeluarkan racun dan oksidan dalam tubuh melalui torehan tipis yang mengenai pembuluh darah kapiler pada epidermis (Ridho, 2015). Trauma pada kulit akibat cupping dan torehan akan menstimulus sekresi hormon  $\beta$ -endorphin yang akan memberikan efek anti nyeri dan juga efek anxiolityc (anti cemas) (Benli & Sunay, 2018). Berkurangnya kecemasan pada pasien hipertensi diharapkan akan mempengaruhi gejala psikologis dan kondisi hipertensi yang akan membaik.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, dari 7 pasien hipertensi, 5 diantaranya merasa cemas terhadap penyakitnya. Selain itu dari 5 pasien yang mengalami cemas belum pernah melakukan bekam, namun pernah mendengar manfaat bekam dan ingin mencoba terapi bekam. Berdasar latarbelakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang efektifitas *Wet Cupping Therapy* Terhadap Kecemasan Pasien Hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas

*Wet Cupping Therapy* Terhadap penurunan Kecemasan Pasien Hipertensi sebelum dan setelah dilakukan terapi.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *Pre-eksperimen* dengan pendekatan *pre-post test*. Populasi dalam penelitian yakni semua pasien yang menderita hipertensi di Posbindu PTM Wijaya Kusuma Dusun Taskombang Desa Palbapang Kecamatan Bantul Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi di Posbindu PTM dengan kriteria inklusi berusia 20 – 65 tahun, memiliki riwayat hipertensi, tekanan darah systole 140 mmHg dan diastole 90 mmHg, mengalami kecemasan dan bersedia menjadi responden. Jumlah sampel sebanyak 25 responden. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan simple random sampling dengan cara mengambil secara acak nomer urut presensi kehadiran pasien

yang digulung dengan kertas. Penelitian ini telah lulus etik dengan No.2.06/KEPK/SG/V/2020.

Penelitian ini menggunakan Kuesioner Zung-Self Anxiety Rating Scale (ZSAS) dengan jumlah 20 pertanyaan. Peneliti melakukan tes kuesioner diikuti dengan pengambilan data (*pre test*), dalam hal ini peneliti dibantu oleh asisten penelitian dari kader posbindu tersebut. Pengambilan data *pre test* dilakukan 5 – 10 menit sebelum dilakukan proses *wet cupping* (bekam). Pelaksanaan intervensi *wet cupping* (bekam) ini dilakukan sebanyak 1 kali pada setiap responden, dan dilakukan oleh terapis bekam yang sudah memiliki sertifikat dalam bidang tersebut. dengan rentang waktu 15-30 menit untuk setiap respondennya. Kemudian untuk pengambilan data *post test* dilakukan 15-20 menit setelah proses *wet cupping* (bekam) diberikan kepada responden. Analisis data menggunakan uji *Paired test*.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Pendidikan (n=25)

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	<b>Usia (Tahun)</b>		
	26 – 35	2	8.0
	36 - 45	8	32.0
	46 – 55	10	40.0
	56 – 65	5	20.0
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Perempuan	17	68.0
	Laki – laki	8	32.0
3.	<b>Pendidikan</b>		
	SD	2	8.0
	SMP	8	32.0
	SMA	15	60.0

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata usia responden berusia 46-55 tahun berjumlah 10 responden (40,0%), mayoritas berjenis kelamin perempuan berjumlah 17 responden (68,0%) dan mayoritas responden

pendidikan SMA berjumlah 15 responden (60,0%).

Responden dalam penelitian ini adalah laki-laki dan perempuan, dan mayoritas adalah perempuan dengan 17 responden (68,0%) dan laki-laki

dengan 8 responden (32,0%). Berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Susannah et al., (2017) yang berjudul “*Pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Poliklinik Trio Husada Malang*”, menyatakan bahwa pada penelitiannya mayoritas dengan jenis kelamin perempuan 56.5% dan laki-laki 43.5%, dengan hasil tersebut bahwa jenis kelamin perempuan mempunyai banyak faktor resiko terjadinya hipertensi seperti ketidakseimbangan hormonal sehingga wanita lebih cenderung memiliki tekanan darah tinggi.

Hal ini dijelaskan oleh Miller, (2010) menyatakan bahwa perubahan hormonal yang sering terjadi pada wanita menyebabkan wanita lebih cenderung memiliki tekanan darah tinggi. Dalam penelitian Pome et al., (2019), yang berjudul “*Pengaruh Teknik Relaksasi Progresif Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas*

*Makrayu Palembang*”, menyatakan bahwa pasien hipertensi yang mengalami kecemasan 100% adalah perempuan dengan berjumlah 60 responden.

Responden pada penelitian yang menderita tekanan darah adalah rentan usia yang dikategorikan oleh Departemen Kesehatan RI dalam Riskesdas, (2018) dalam penelitian ini mayoritas usia 46-55 tahun dengan jumlah 10 responden (40,0%), usia 56-65 tahun dengan jumlah 5 responden (20,0%), usia 36-45 tahun dengan jumlah 8 responden (32,0%) dan usia 26-35 tahun dengan jumlah 2 responden (8,0%).

Pada penelitian ini responden memiliki riwayat pendidikan dengan mayoritas adalah jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan jumlah 15 responden (60,0%), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan jumlah 8 responden (32,0%) dan Sekolah Dasar (SD) dengan jumlah 2 responden (8,0%).

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Menggunakan Uji *Shapiro-Wilk*

Kelompok	Shapiro Wilk		
	Statistik	Df	Sig.
Pre Test	0.952	25	0.284
Post Test	0.949	25	0.234

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil penelitian dari uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk*, didapatkan nilai  $p > 0.05$ . Hal ini menunjukkan bahwa data dalam

penelitian ini berdistribusi normal, kemudian pengujian statistic selanjutnya akan menggunakan uji parametrik (*Paired T-test*).

Tabel 3. Hasil Uji *Paired T-test*

Kelompok	Paired T-test				
	Mean	Beda Mean	N	t	Sig. (2-tailed)
Pre test	42,2	6.640	25	5.70	0.000
Posttest	35.6				

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil dari uji *Paired T-test* terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada responden setelah diberikan intervensi berupa *wet cupping* (bekam) di Posbindu PTM Wijaya Kusuma

Taskombang Desa Palbapang Kecamatan Bantul Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta, setelah diberikan intervensi bekam mendapatkan *p value* 0.000. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat

pengaruh yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan intervensi *wet cupping* (bekam) pada tingkat kecemasan pasien hipertensi.

Penyakit hipertensi merupakan penyakit tanpa gejala yang dapat mengakibatkan kematian secara tiba-tiba, keadaan ini akan membuat penderitanya merasa cemas (Bartiah et al., 2015). Kecemasan yang dialami pasien hipertensi justru akan memperburuk kondisi hipertensinya. Secara fisiologi keadaan cemas dapat mengaktifkan hipotalamus yang selanjutnya akan melepaskan *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH) untuk menstimulus sekresi *Adrenocorticotropin Hormone* (ACTH) dan hormon kortisol, sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah (Guyton & Hall, 2008; Sherwood & Manusia, 2014)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil terjadi penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi setelah dilakukan terapi bekam dengan nilai  $p < 0.05$ . Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Akbarzadeh et al., (2013) tentang perbandingan efek bekam dengan akupresure terhadap kecemasan, didapatkan hasil bahwa bekam lebih efektif dalam menurunkan kecemasan.

Efek bekam terhadap penurunan kecemasan terjadi karena adanya sekresi  $\beta$ -endorphin (endogen opioid analgesik) dan hormon adrenokortikal yang diekspresikan kedalam sirkulasi setelah trauma pada kulit selama proses bekam. Ekspresi opioid endogen dan neuropeptida juga memiliki efek analgesik pada jaringan parut kulit (El Sayed et al., 2013). Selain mempunyai efek anti nyeri, neuropeptida dan endorphin juga memiliki efek anxiolytic (Benli & Sunay, 2018). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Lüdtke et al., 2006), *wet cupping*

terbukti memiliki efek terapeutik gangguan saraf seperti *brachia parestetica nocturna*. Selain itu ditemukan juga memiliki efek pada detak jantung dengan mengoreksi *sympathovagal ritme*. Dalam hal ini, efek *wet cupping* pada detak jantung dan sistem saraf mungkin berperan juga dalam pengobatan gangguan kecemasan (Arslan et al., 2014) Benli & Sunay, 2018).

#### 4. KESIMPULAN

Terjadi penurunan kecemasan pada pasien hipertensi, dibuktikan dengan nilai mean sebelum diberikan intervensi *wet cupping* (bekam) sebesar 42,24. Kemudian setelah diberikan intervensi *wet cupping* (bekam) nilai mean sebesar 35,60. Dengan demikian terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai mean kecemasan, serta dapat disimpulkan bahwa *wet cupping* (bekam) efektif dalam penurunan kecemasan pada pasien hipertensi di Posbindu PTM Wijaya Kusuma Dusun Taskombang Desa Palbapang Kecamatan Bantul Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta.

#### 5. SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, serta dapat diaplikasikan sebagai pengobatan kombinasi dengan terapi farmakologi lainnya dalam membantu proses penyembuhan dari pasien hipertensi dalam praktek klinis.

#### 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada responden penelitian dan Posbindu PTM Wijaya Kusuma Dusun Taskombang Desa Palbapang Kecamatan Bantul Kabupaten Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan bersedia menjadi responden penelitian.

## REFERENSI

- Ahmedi, M., & Siddiqui, M. R. (2014). *The value of wet cupping as a therapy in modern medicine-An Islamic Perspective*.
- Akbarzadeh, M., Ghaem Maghami, M., Yazdan Panahi, Z., Zare, N., Azizi, A., & Mohagheghzade, A. (2013). Comparative effects of dry cupping therapy and acupressure at acupoint (BL23) on postpartum anxiety in nulliparous women. *Evidence Based Care*, 3(2), 37–48.
- Arslan, M., Yeşilçam, N., Aydin, D., Yüksel, R., & Dane, Ş. (2014). Wet cupping therapy restores sympathovagal imbalances in cardiac rhythm. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 20(4), 318–321.
- Bartiah, M., Andhiyani, A., Dewi, D. R., Dwi, D., & Kiswanti, E. D. (2015). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pegandan Semarang). *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 7(1).
- Benli, A. R., & Sunay, D. (2018). The Effect of Wet Cupping Therapy on A Patient Diagnosed with Panic Disorder. *Asian Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*, 1(1–2), 27–31.
- Dasar, R. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional 2007. Jakarta: Badan Litbangkes, Depkes RI.
- Dinkes Kabupaten Bantul (2019) Profil Kesehatan Kabupaten Bantul. Yogyakarta.
- El Sayed, S. M., Mahmoud, H. S., & Nabo, M. M. H. (2013). Methods of wet cupping therapy (Al-Hijamah): in light of modern medicine and prophetic medicine. *Alternative & Integrative Medicine*, 1–16.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2008). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 11. Jakarta: EGC. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 2(1), 164–165.
- Lüdtke, R., Albrecht, U., Stange, R., & Uehleke, B. (2006). Brachialgia paraesthetica nocturna can be relieved by “wet cupping”—results of a randomised pilot study. *Complementary Therapies in Medicine*, 14(4), 247–253.
- Miller, C. (2010). Factors Affecting Blood Pressure and Heart Rate. Available from: [Accessed 2 November 2012] [Http://Www. Livestrong. Com/Article/196479-Factors-affecting-Blood-Pressure-Heart-Rate/\[Accessed 5 May 2012\]](http://www.livestrong.com/article/196479-factors-affecting-blood-pressure-heart-rate/).
- Pome, G., Endriyani, S., & Rizal, F. (2019). Pengaruh teknik relaksasi progresif terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di puskesmas makrayu palembang. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 6(2), 1–6.
- Ridho, A. A. (2015). *Bekam Sinergi (Edisi Penyempurnaan)*. Aqwam.
- Ritu, J. (2011). *Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Sherwood, L., & Manusia, F. (2014). *dari Sel ke Sistem*. EGC, Jakarta.
- Stuart, G. W. (2019). *Buku saku keperawatan jiwa*.
- Susanah, S., Sutriningsih, A., & Warsono, W. (2017). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Poliklinik Trio Husada Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu.