

## Terapi Bekam dalam Meredakan Nyeri Otot

**Apriliani Waliyyu Rahmah**

*Email: aprilwr26@gmail.com*

**Tiara Husna Humaira**

*Email: tiarahusnahumaira@gmail.com*

**Rima Amaliyah Azzahra**

*Email: rima.azzahra21@gmail.com*

*Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia*

**Abstract.** *Muscle pain is a pain sensation that can be caused by various factors. The treatment of muscle pain can be done with cupping which the treatment methods involve the placement of cups on the skin to create negative pressure and to extract toxins. This research was conducted using a literature review method, which involves collecting, reading, and recording data from various sources. There is dry cupping which is done by placing a cup to the skin, while wet cupping involves making incisions in the skin to allow blood to be drawn into the cup. Cupping has been effectively used for various medical conditions, including musculoskeletal pain, migraines, hypertension, and many more.*

**keywords :** *Cupping, Traditional Medicine, Mechanism, Muscle Pain*

**Abstrak.** Nyeri otot adalah sensasi tidak nyaman terjadi pada otot dapat mengganggu dalam kehidupan sehari-hari dan dapat ditangani dengan terapi bekam. Bekam melibatkan penempatan alat vakum pada permukaan kulit untuk menciptakan tekanan negatif untuk mengekstraksi darah kotor dari tubuh. Penulisan artikel ini dilakukan dengan cara pengumpulan, pembacaan, dan pencatatan data dari berbagai sumber atau literatur. Ada bekam kering dan bekam basah, dimana bekam kering dilakukan dengan menempatkan cangkir ke permukaan kulit, sedangkan bekam

basah membuat sayatan pada kulit untuk menarik darah keluar. Bekam telah efektif digunakan untuk berbagai kondisi medis, termasuk nyeri muskuloskeletal, migrain, hipertensi, dan banyak lagi.

**Kata Kunci:** Bekam, Pengobatan Tradisional, Mekanisme, Nyeri Otot,

## **LATAR BELAKANG**

Nyeri otot merupakan sensasi sakit atau tidak nyaman yang dirasakan oleh seseorang dan terjadi pada otot. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti cedera, ketegangan otot, kelelahan, atau kondisi medis tertentu seperti arthritis atau fibromyalgia. Nyeri otot yang membatasi rentang gerakan sendi juga fleksibilitas dan mobilitas merupakan gangguan dalam kehidupan sehari-hari. Penanganan dari nyeri otot dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu melakukan peregangan, mendapatkan pijatan, dan terapi seperti bekam.

Terapi bekam atau hijamah adalah salah satu metode pengobatan yang melibatkan pemasangan kaca atau alat vakum pada kulit untuk menciptakan tekanan negatif. Teknik ini bertujuan untuk mengeluarkan darah kotor atau racun dari tubuh melalui pembuluh darah yang terletak di bawah kulit. Terapi bekam dianjurkan oleh Rasulullah sebagai upaya untuk menjaga kesehatan. Dalam hadis-hadis yang diriwayatkan, Rasulullah SAW merekomendasikan penggunaan bekam sebagai salah satu metode pengobatan yang dianjurkan. Rasulullah SAW. bersabda, “Sesungguhnya bekam mengandung kesembuhan.” (Kitab Mukhtashar Muslim (no. 1480), Shahihul Jaami' (no. 2128) dan Silsilah al-Hadiits ash-Shahiihah (no. 864), karya Imam al-Albani). Hal ini menunjukkan pentingnya bekam dalam pengobatan pada masa itu. Sejarah lain menyebutkan bahwa bekam telah dikenal sejak zaman Mesir kuno, seperti yang tercatat dalam Papyrus Ebers, sebuah kitab kedokteran yang ditulis sekitar tahun 1550 SM. Dalam peradaban Islam, manfaat bekam juga dijelaskan dalam Hadis Riwayat Dailami, di mana Ali bin Abi Thalib melaporkan bahwa Jibril datang kepada Nabi Muhammad Saw dan memerintahkan untuk melakukan bekam pada titik al akhdain (urat leher) dan al kahil (Pundak).

Bekam diperkenalkan di Indonesia pada masa penyebaran agama Islam. Seiring dengan masuknya Islam ke Nusantara, praktik bekam juga dibawa oleh para pedagang dan ulama yang

datang dari berbagai wilayah. Bekam kemudian menjadi bagian dari tradisi pengobatan masyarakat Indonesia dan terus berkembang hingga saat ini.

Zaman sekarang tidak hanya kalangan tua saja yang merasakan tidak enak nya nyeri otot, kalangan muda bahkan sering mengeluhkan hal yang sama.

## **KAJIAN TEORITIS**

Bekam merupakan pengobatan tradisional yang melibatkan penghisapan terhadap permukaan kulit menggunakan tabung dan menarik udara dari dalam tabung tersebut untuk menciptakan tekanan negatif. Tekanan ini dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi peradangan pada area yang diberi bekam. Ada beberapa teori terkait bekam yaitu teori Taibah juga Hong dan Gao yang mencoba menjelaskan tentang mekanisme dan cara kerja bekam. Selain itu ada juga beberapa teori kedokteran yang mendukung keefektifan dari terapi bekam. Bahkan ada penelitian yang menunjukkan bahwa bekam dapat bermanfaat sebagai terapi komplementer untuk nyeri kronis, termasuk nyeri neuropatik.

Dalam teori control theory of pain, meningkatnya jumlah impuls nyeri dalam terapi bekam menimbulkan stimulasi intens yang berkepanjangan. Hal ini menyebabkan serabut saraf kecil dan saraf besar saling melawan dan membantu mengurangi sensasi nyeri (Benli & Sunay, 2018). Teori conditioned pain modulation atau kontrol penghambatan noxious difus menyebutkan bahwa area yang tidak nyaman mungkin mengalami kesembuhan saat rasa sakit diterapkan ke area lain di tubuh. Hal ini merujuk pada pengekapan dan penyayatan yang dilakukan dalam terapi bekam. Dalam teori zona refleksi atau refleksiologi, disebutkan bahwa organ tubuh saling terhubung karena terdapat interaksi antara saraf, otot, dan bahan kimia (El Sayed et al., 2014). Jika pada satu organ membatasi aliran darah dan cairan lain di dekat organ tersebut, maka bagian tubuh yang lain mungkin akan menimbulkan gejala tidak nyaman seperti rasa nyeri (El-Shanshory et al., 2018).

Bekam berdasarkan teori Taibah yaitu dilakukan dua kali pengekapan atau penghisapan. Penghisapan atau pengekapan pertama terjadi mekanisme kerja efek peredaan nyeri dimana melalui dilusi zat kimia, mediator inflamasi dan zat nosiseptif. Tekanan negatif pada tabung yang ditempelkan pada permukaan kulit akan menyebabkan pengangkatan retensi cairan dikulit, peningkatan filtrasi kapiler dan pengumpulan cairan interstisial. Retensi cairan di dalam kulit yang terangkat akan menyebabkan zat kimia, mediator inflamasi, dan zat nosiseptif menjadi terdilusi sehingga nyeri akan menurun. Pada bekam basah akan dilakukan penyayatan untuk mengeluarkan

darah kotor atau darah yang berisi toksin, penyayatan ini akan meningkatkan imunitas dan membuka sawar kulit. Dengan dibukanya sawar kulit dan dilakukan pengekopan yang kedua kalinya akan menyebabkan terjadi hemolisis sel darah merah tua, meningkatkan ekskresi cairan interstisial yang tercampur dengan sampah, menyaring cairan kapiler yang mengandung sampah larut, melepaskan opioid endogen, meningkatkan peran sekretorik kulit dan menyebabkan darah terlihat pada tempat sayatan. Semua hal tersebut pada akhirnya akan mengembalikan homeostasis tubuh (Risniati, 2019).

Menurut teori Hong dkk, perubahan spesifik terjadi pada struktur jaringan lokal yang ditimbulkan tekanan negatif pada tabung saat pengekopan. Tejadi perubahan yang membuat saraf dan otot merenggang dan menyebabkan peningkatan sirkulasi darah dan autohemolisis. Sebenarnya teori Hong tidak bisa menjelaskan dengan jelas tentang manfaat bekam untuk meredakan migren, CTS, nyeri kepala, dan sebagainya. Teori Hong hanya berhasil menjelaskan efek terapi yang dihasilkan dari terapi bekam. (Hidayati, 2019).

Menurut teori Gao dkk, diduga bahwa peletakan tabung pada beberapa titik yang menghasilkan hiperemia dan hemostasis yang memberikan efek terapi. Diajukan juga bahwa bekam basah dapat bersifat anti nyeri karena timbulnya deformasi pada kulit yang merangsang serat-serat A $\beta$  dan bagian distal kulit pada area yang sakit. Lalu area inhibitor area inhibitor reseptif neuron-neuron di tanduk dorsal tulang belakang juga terangsang dan merangsang pemulihan dan kenyamanan dari orang yang melakukan bekam (Cao, 2015). Berdasarkan teori-teori di atas, ditunjukkan bahwa para ilmuwan memerlukan pembuktian dan penelitian lanjutan terkait keefektifan secara lebih akurat, meskipun terapi bekam sudah dilakukan selama berabad-abad.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan dengan metode studi literatur yakni metode penelitian dengan cara mengumpulkan data, membaca dan mencatat, juga mengolah bahan penelitian dari berbagai sumber atau literatur untuk mencapai hasil penelitian yang objektif (Zed, 2008:3). Sumber literatur yang digunakan pada penelitian ini menggunakan artikel yang telah dipilih melalui mesin pencari Google Scholar, Mendeley, dan lain-lain.

Studi literatur merupakan suatu hal yang wajib untuk dilakukan oleh seorang peneliti. Sebab kegiatan ini bertujuan untuk mencari dasar pijakan akan penelitian yang dilakukan dengan

tujuan mengembangkan aspek di bidang teoritis melalui hasil yang objektif. Sehingga peneliti dapat mengelompokkan dan mengorganisir data-data yang sudah dipilah. Dengan metode studi pustaka ini, peneliti dapat memperoleh pengalaman yang lebih luas dan lebih mendalam akan masalah yang akan diteliti.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bekam merupakan terapi kuno yang sudah ada sejak dahulu dan dipercaya untuk mengobati berbagai penyakit yang diderita. Bekam sendiri memiliki banyak jenisnya. Namun, bekam kering dan bekam basah lah yang menjadi jenis bekam utama dan familiar di kalangan masyarakat. Bekam kering dilakukan dengan memasukkan kulit ke dalam gelas tanpa menyebabkan memar, sedangkan bekam basah dilakukan dengan menyayat kulit agar darah dapat tersedot ke dalam gelas. Bekam telah digunakan sebagai pengobatan sejak berabad-abad lamanya. Meskipun bekam telah digunakan di berbagai budaya dan masyarakat, mekanisme kerjanya belum dipahami dengan baik oleh masyarakat di luaran sana (Al-Bedah, 2019). Klasifikasi awal terapi bekam secara luas mengklasifikasikannya menjadi bekam kering dan bekam basah. Perbedaan yang signifikan dari dua jenis bekam ini adalah, ada tidaknya darah yang dikeluarkan pada saat proses pembekaman. Pada tahun 2013, klasifikasi terapi bekam lain dikembangkan, membagi bekam menjadi lima kategori. Klasifikasi ini diperbarui pada tahun 2016. Klasifikasi yang diperbarui mengklasifikasikan terapi bekam menjadi enam kategori. Kategori pertama adalah 'tipe teknis', yang meliputi perawatan bekam kering, basah, pijat, dan bekam kilat. Kategori kedua adalah "hisap", yang meliputi cangkir hisap ringan, sedang dan kuat. Kategori ketiga adalah 'metode hisap', yang mencakup api, penyedot debu manual, dan cangkir hisap listrik. Kategori keempat adalah 'bahan dalam cangkir', yang meliputi bekam herbal, air, ozon, moxa, jarum dan magnet. Kategori kelima adalah 'area yang dirawat', yang meliputi bekam wajah, perut, wanita, pria, dan ortopedi. Kategori keenam adalah 'jenis bekam lainnya', yang meliputi bekam olahraga, kosmetik, dan akuatik (Aboushanab, 2018).

### **Cara Kerja Bekam**

Beberapa pandangan teori telah diajukan untuk menjelaskan proses mekanisme bekam, termasuk teori Taibah dan teori Traditional Chinese Medicine (TCM). Menurut teori Taibah, terapi bekam dapat dianggap sebagai suatu tindakan bedah minor di mana tekanan negatif diterapkan

pada kulit menggunakan cangkir. Dampak dari tekanan negatif ini adalah kulit yang tertarik ke dalam cangkir, yang pada gilirannya meningkatkan filtrasi kapiler menuju daerah cangkir, sementara mengurangi penyerapan di kapiler vena yang meninggalkan daerah cangkir. Peningkatan dalam filtrasi kapiler kulit ini menyebabkan akumulasi cairan dan zat-zat berbahaya di sekitar daerah cangkir. Lebih lanjut, tekanan negatif juga menyebabkan pengumpulan cairan limfe dan interstisial di daerah cangkir. Substansi kimia, mediator inflamasi, dan mediator rasa nyeri akan merangsang saraf sensoris di sekitar cangkir dan mengurangi adhesi jaringan, sehingga rasa nyeri berkurang. Selanjutnya, tindakan dengan perlukaan di sekitar cangkir membuka barier kulit untuk mengeluarkan cairan bersamaan dengan zat-zat berbahaya, serta mencegah penyerapannya melalui kapiler vena. Hal ini mengakibatkan peningkatan dalam pembersihan plasma darah dari material-material penyebab penyakit, termasuk radikal bebas, kolesterol, dan zat berbahaya lainnya.

Setelah tindakan perlukaan, tekanan negatif kembali diterapkan dengan menggunakan cangkir di daerah yang sama. Tekanan negatif yang kedua ini mengakibatkan semua cairan yang terkumpul, termasuk zat berbahaya, keluar sehingga seluruh cairan yang terakumulasi di area cangkir menjadi kosong. Pada tindakan cangkir yang kedua ini, terdapat gradien tekanan yang sangat signifikan di ujung kapiler arteriolar dan venula, yang menghasilkan filtrasi pada kedua ujung kapiler tersebut. Hasilnya adalah peningkatan pembersihan plasma darah yang ditandai dengan timbulnya luka pada jaringan tersebut. Dari segi fisiologis, luka ini akan sembuh karena melibatkan proses hemostasis tubuh. Hemostasis fisiologis ini ditandai dengan munculnya cairan interstisial melalui filtrasi pada kapiler arteriolar kulit setelah proses pembersihan cairan yang sebelumnya berisi zat-zat berbahaya (Suharmanto, 2019).

Penelitian bekam tidak hanya dilakukan di Asia, negara-negara di bagian Barat juga melakukan penelitian secara berkala oleh peneliti-peneliti yang akhirnya bekam menjadi hal yang lumrah dilakukan pada kehidupan sehari-hari. Mereka tidak menyebut teknik pengobatan ini sebagai bekam, namun metode yang mereka pakai sama halnya dengan metode pengobatan bekam, yaitu menyedot darah dari bagian kulit tertentu dengan menggunakan gelas lalu mengumpulkannya (Fajri, 2020). Baru-baru ini, minat terhadap bekam muncul kembali dan beberapa penelitian mulai menyelidiki mekanisme yang mendasari terapi bekam. Mereka yang memiliki pelatihan medis Barat fokus terutama pada penyebab penyakit secara biomedis,

sedangkan praktisi pengobatan tradisional mengambil pendekatan holistik. Secara khusus, terapi bekam dapat menghasilkan banyak efek melalui berbagai mekanisme. Para peneliti cenderung menjelaskan fenomena tersebut secara spesifik. Atau jelaskan efek suatu obat, alat atau bekam dengan menjelaskan mekanisme dasarnya. Memang benar, tidak ada gambaran lengkap mengenai mekanismenya karena rincian proses yang terlibat belum sepenuhnya ditentukan. Funibo dkk. (2007) menyatakan bahwa strategi yang umum dalam pengobatan konvensional adalah dengan menggunakan strategi pencarian ke belakang. Hal ini karena pengobatan tradisional, termasuk bekam, telah digunakan secara klinis selama ribuan tahun (Al-Bedah, 2019).

Artikel sebanyak 223 diidentifikasi dan 64 penelitian menunjukkan bahwa beberapa efek dan hasil yang terkait dengan terapi bekam mungkin terkait dengan kemungkinan mekanisme tindakan teoritis dan hipotesis. Hipotesis metabolik menyatakan bahwa bekam menghambat peningkatan aktivitas otot, sehingga meredakan nyeri. Eritema kulit, lepuh, dan perubahan histologis mungkin disebabkan oleh vasodilatasi dan edema tanpa infiltrasi sel yang sebenarnya, dan efek ini tidak sesuai dengan model sistem kekebalan tubuh. Selain itu, bekam menghilangkan racun yang terperangkap di jaringan, membuat Anda merasa lebih baik. Banyak penelitian yang memberikan bukti efektivitas bekam untuk kondisi medis dan kesehatan tertentu (Al-Bedah, 2019).

Telah dilaporkan bahwa terapi bekam dapat mengobati berbagai patologi berkat efek dari berbagai jenis stimulasi. Cao dan Associations (2010) menyatakan bahwa terapi bekam tampaknya efektif untuk berbagai kondisi, terutama herpes zoster dan nyeri serta jerawat yang terkait. Kelumpuhan wajah dan spondylosis serviks. Terapi bekam sering digunakan untuk menurunkan tekanan darah dan mencegah berkembangnya penyakit kardiovaskular (CVD) pada orang sehat. Bekam basah dilaporkan efektif bila digunakan bersamaan dengan pengobatan tradisional oral dan genital. Ada semakin banyak bukti bahwa bekam basah efektif untuk nyeri muskuloskeletal, nyeri punggung bawah non spesifik, nyeri leher, fibromyalgia, dan kondisi nyeri lainnya. Michalsen dkk. (2009) menyimpulkan bahwa terapi bekam mungkin efektif dalam mengurangi nyeri dan gejala sindrom terowongan karpal lainnya. Terapi bekam juga terbukti efektif melawan sakit kepala dan migrain. Bekam efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik. Tidak ada efek samping yang serius selama 4 minggu. Rupanya, terapi bekam efektif dalam mengatasi selulit.

Bekam dapat digunakan untuk mengobati batuk, asma, jerawat, pilek, gatal-gatal, kelumpuhan wajah, spondylosis serviks, lesi jaringan lunak, arthritis, dan neurodermatitis.

Dari sudut pandang imunitas dan pertahanan tubuh, para dokter mulai memahami efek bekam dan berbagai efek imunologinya melalui pengaturan imunoglobulin dan hemoglobin. Bekam menurunkan kadar IgE dan IL-2 serum serta meningkatkan kadar C3 serum, yang merupakan hal yang tidak normal bagi sistem kekebalan tubuh. Bekam dapat mempengaruhi sistem kekebalan tubuh melalui tiga cara. Pertama, bekam menyebabkan peradangan lokal buatan dan merangsang sistem kekebalan tubuh. Kedua, bekam mengaktifkan sistem komplemen. Ketiga, bekam meningkatkan jumlah produk kekebalan tubuh seperti interferon dan faktor nekrosis tumor. Efek bekam pada kelenjar timus meningkatkan aliran getah bening pada sistem limfatik. Secara keseluruhan, aktivasi sistem kekebalan tubuh melalui bekam dapat menjelaskan berbagai efek bekam, termasuk hasil terapeutik pada pasien dengan penyakit autoimun. Teori ini menjelaskan efek bekam untuk meningkatkan kekebalan tubuh, yang telah menjadi subjek penelitian terbaru di seluruh dunia. Misalnya, Khalil dkk (2013) melaporkan bahwa bekam tampaknya berperan dalam aktivasi sistem komplemen dan regulasi bagian seluler sistem imun, serta berperan protektif dengan meningkatkan imunitas dan melindungi tubuh. ternyata ada kemungkinan. Studi klinis oleh XIAO Wei dkk. Sahbaa dkk (2010) menyimpulkan bahwa bekam secara signifikan meningkatkan fungsi kekebalan tubuh pada pasien dengan penyakit paru obstruktif kronik stabil. Sahbaa dkk (2005) Terapi bekam secara signifikan mengurangi penanda laboratorium aktivitas rheumatoid arthritis dan meningkatkan status imun seluler, khususnya respon imun bawaan dari reseptor interleukin-2 terlarut SIL-2R, sel pembunuh alami dan adaptasi. respon imun. Mohammad Reza dkk. (2012) menyelidiki konsentrasi interferon gamma (IFN $\gamma$ ) dan interleukin 4 (IL-4) dalam supernatan dan vena kultur darah cawan dengan ada atau tidaknya mitogen phytohemagglutinin (PHA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel darah yang ditangkupkan memiliki konsentrasi IFN- $\gamma$  dan IL-4 yang lebih tinggi dibandingkan sampel darah vena bebas mitogen. Ia menyimpulkan bahwa tingginya kadar limfosit pada sampel darah bekam berperan penting dalam sekresi IFN- $\gamma$  dan IL-4. Selain itu, dengan adanya mitogen PHA, kadar IFN- $\gamma$  dan IL-4 dalam sampel darah cangkir sama rendahnya dengan sampel darah vena. Studi tersebut menemukan bahwa limfosit dalam sampel darah yang ditangkupkan mungkin tidak berfungsi sebagaimana mestinya dan oleh karena itu tidak dapat merespons rangsangan mitogenik dengan tepat. Selain

itu, peneliti tidak menemukan perbedaan konsentrasi IFN- $\gamma$  dan IL-4 darah vena dua minggu setelah bekam. Penggandaan respon imun terhadap bekam tampaknya terganggu, menyebabkan peningkatan konsentrasi IFN- $\gamma$  dan IL-4. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Ye LH (1998) menemukan bahwa bekam mempunyai efek dua arah pada imunoglobulin manusia, mengoreksi imunoglobulin yang tidak teratur pada satu sisi. Kadarnya mempunyai sedikit pengaruh pada imunoglobulin normal, dan hasil pengaturannya berhubungan dengan keadaan fungsional aslinya. Zhang dkk. (2001) melaporkan bahwa bekam dapat meningkatkan regulasi oksihemoglobin dan deoksihemoglobin. Sebagai pengangkut hemoglobin, sel darah merah merupakan sistem pertahanan penting yang mengenali antigen, menghilangkan kompleks imun, sel tumor, sel efektor, dan berikatan dengan bakteri dan virus untuk memodulasi fungsi kekebalan. Lebih lanjut, Zhong dkk (1999) menemukan bahwa nilai roset absolut dari reseptor C3b dan kompleks imun sel darah merah meningkat secara signifikan setelah bekam, hal ini menunjukkan bahwa pergeseran bekam dapat meningkatkan fungsi kekebalan sel darah merah. Chen dan Li (2004) menjelaskan penyegelan bekam. Ini merupakan gejala autohemolisis, yang dapat menghasilkan zat mirip histamin dan meningkatkan aktivitas jaringan dan organ, serta sistem kekebalan tubuh. Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Yang Guo dkk (2017) menunjukkan bahwa ketika permukaan kulit distimulasi, lingkungan mikro berubah dan sinyal fisik diubah menjadi sinyal biologis yang berinteraksi di dalam tubuh. Aliran sinyal ini mengaktifkan sistem kekebalan neuroendokrin (Al-Bedah, 2019).

### **Teori Detoksifikasi Darah**

Teori ini adalah tentang menghilangkan zat beracun dari daerah yang terkena bekam. Menurut teori detoksifikasi darah, kadar asam urat, HDL dan LDL, struktur molekul dan fungsi hemoglobin (Hb) dan adaptasi hematologi lainnya berkurang. Teori ini menjelaskan bagaimana tubuh menghilangkan racun dan polutan melalui mekanisme yang mendasari cangkir. Dari sudut pandang fisik, tekanan negatif yang diciptakan oleh cangkir pembuangan racun membantu mengeluarkan cairan bernanah, eksudat, racun yang dihasilkan oleh bakteri dan enzim litik jaringan. Bekam juga meningkatkan granulasi dan penyembuhan luka.<sup>34</sup> Beberapa penelitian menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam banyak parameter biokimia, hematologi, dan imunologi antara darah vena dan darah yang ditangkupkan. Telah dilaporkan bahwa selama bekam, aliran darah cenderung membersihkan sumbatan. Ini menciptakan jalur bagi racun untuk

keluar dari tubuh. Beberapa cangkir dapat diletakkan di tubuh pasien secara bersamaan. Piala mungkin berperan dalam menghilangkan sel darah merah tua. Pada darah basah, kadar asam urat, urea, trigliserida, dan kolesterol jauh lebih tinggi. Daniel, dll. (2008) melaporkan konsentrasi asam urat, HDL, LDL, serum glutamat oksaloasetat transaminase dan zat besi yang lebih tinggi dalam darah basah. Selain itu, kadar sel darah merah, hemoglobin, hematokrit, viskositas, dan rata-rata hemoglobin sel darah secara signifikan lebih tinggi pada darah bekam basah dibandingkan darah vena. Selain itu, secangkir teh dapat mempengaruhi struktur molekul dan fungsi hemoglobin manusia serta mengurangi efek samping. Diabetes berhubungan dengan molekul Hb. Sebuah studi oleh Mahdavi dkk. (2012) menunjukkan peningkatan kadar asam urat serum yang sangat signifikan dibandingkan sampel darah vena. Peningkatan aliran darah dapat memfasilitasi pelepasan racun dan produk limbah, meningkatkan status gizi lokal, dan pada akhirnya meningkatkan metabolisme dan mendukung aspek kesehatan. Menurut Sumeyye Goku dkk. menghilangkan faktor virulensi. (2016) menemukan bahwa penghilangan logam berat seperti aluminium, merkuri, perak, dan timbal, yang secara signifikan lebih banyak terdapat dalam darah cangkir dibandingkan darah vena dari pasien yang sama, mendukung mekanisme detoksifikasi, sehingga cangkir mungkin terkait dengan pemicuan penyakit jantung. deposito. penyakit. bagian tubuh yang berbeda.(Al-Bedah, 2019).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Nyeri otot merupakan kondisi yang umum terjadi dan dapat memengaruhi kualitas hidup sehari-hari. Terapi bekam, sebuah metode pengobatan tradisional yang melibatkan penghisapan kulit dengan cangkir, telah digunakan selama berabad-abad sebagai upaya untuk mengatasi nyeri otot dan berbagai penyakit lainnya. Bekam telah dianjurkan oleh Rasulullah SAW dan memiliki akar sejarah yang kuat dalam berbagai budaya, termasuk di Indonesia.

Meskipun terapi bekam telah digunakan secara luas, mekanisme kerjanya masih belum sepenuhnya dipahami. Beberapa teori telah diajukan untuk menjelaskan cara bekam bekerja, termasuk teori Taibah, teori Hong, dan teori Gao. Teori-teori ini mencoba menjelaskan pengaruh bekam terhadap sirkulasi darah, peradangan, dan sistem kekebalan tubuh. Studi literatur menunjukkan bahwa terapi bekam telah digunakan efektif untuk berbagai kondisi medis, termasuk

nyeri muskuloskeletal, migrain, hipertensi, dan banyak lagi. Terapi ini juga dapat memengaruhi sistem kekebalan tubuh dan membantu menghilangkan racun dari tubuh. Namun, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami mekanisme yang lebih dalam dan efek jangka panjang dari terapi bekam.

Dalam konteks kesehatan tradisional, terapi bekam tetap menjadi salah satu pilihan pengobatan yang relevan. Masyarakat harus mendekati penggunaan bekam dengan pengetahuan yang baik dan konsultasi dengan profesional kesehatan yang berkompeten. Dengan begitu, terapi bekam dapat terus memberikan manfaat yang berharga dalam pengobatan nyeri otot dan berbagai masalah kesehatan lainnya.

### **Saran**

Terapi bekam memiliki potensi sebagai metode pengobatan yang efektif. Diperlukan penelitian lebih lanjut yang mencakup studi klinis yang lebih besar dan lebih mendalam untuk mengkonfirmasi efektivitasnya dalam berbagai kondisi kesehatan. Juga masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami mekanisme terapi bekam secara lebih mendalam yang akan membantu memperjelas efektivitas dan aplikasi terapi bekam. Serta penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang terapi bekam, termasuk manfaat dan risikonya melalui kampanye edukasi kesehatan dan promosi yang tepat. Dengan perhatian pada penelitian ilmiah yang lebih mendalam dan pendekatan yang seimbang terhadap pengobatan, terapi bekam dapat terus menjadi salah satu pilihan pengobatan yang relevan dan efektif dalam perawatan kesehatan masyarakat.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Karena atas izin-Nya lah penulis dapat menyelesaikan artikel ini dalam rangka penilaian tengah semester satu pada Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat.

Penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih pada pihak-pihak yang telah membantu pada pembuatan artikel ini

1. Dr. Gt. M. Irhamna Husin, M.PdI, selaku dosen pengajar mata kuliah PAI dan pembimbing, atas bimbingan dan dukungannya.

2. dr. Ahmad Husari MAg, M. Imun, selaku dosen pengajar mata kuliah PAI.
3. Teman-teman dekat kami yang bersedia untuk memberikan saran dan kritik terkait artikel PAI.
4. Penulis juga berterima kasih pada pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam memperoleh informasi yang diperlukan dalam penulisan artikel.

## DAFTAR REFERENSI

- Aboushanab, T. S., & AlSanad, S. (2018). Cupping therapy: An overview from a modern medicine perspective. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 11(3), 83–87. doi:10.1016/j.jams.2018.02.001
- Al-Bedah, A. M. N., Elsubai, I. S., Qureshi, N. A., Aboushanab, T. S., Ali, G. I. M., El-Olemy, A. T., ... Alqaed, M. S. (2019). The medical perspective of cupping therapy: Effects and mechanisms of action. *Journal of Traditional and Complementary Medicine*, 9(2), 90–97. doi:10.1016/j.jtcme.2018.03.003
- Al-Mukhtar. (2013). Hadist-hadits Nabi saw. tentang bekam (al-hijamah)., Al-Mukhtar Online. Available at: <https://www.al-mukhtar.com/berita-215-hadisthadits-nabi-saw-tentang-bekam-alhijamah.html#:~:text=Dari%20Anas%20bin%20Malik%20RA,%20DKubra%20no.%207581, diakses tanggal 9 Oktober 2023>
- Cao, H., Han, M., Zhu, X., & Liu, J. (2015). An overview of systematic reviews of clinical evidence for cupping therapy. *Journal of Traditional Chinese Medical Sciences*, 2(1), 3–10. doi:10.1016/j.jtcms.2014.11.012
- Fajri, N. (2020). Retrieved from <http://36.93.48.46/index.php/altadabbur/article/view/368/329>
- Helisa, G. P. (2022). MANFAAT TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN NYERI PADA PASIEN: LITERATURE REVIEW. *Jurnal Medika Utama*, 4(01 Oktober), 3171-3177. Retrieved from <https://www.jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/587>

- Hidayati, H. B., Machfoed, M. H., Kuntoro, K., Soetojo, S., Santoso, B., Suroto, S., & Utomo, B. (2019). Bekam Sebagai Terapi Alternatif Untuk nyeri. *Majalah Kedokteran Neurosains Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia*, 36(2). doi:10.52386/neurona.v36i2.69
- Kumbea, N. P., Sumampouw, O. J., & Asrifuddin, A. (2021). Retrieved from <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ijphcm/article/view/33580>
- Li, Y., Mo, P.-C., Jain, S., Elliott, J., Bleakney, A., Lyu, S., & Jan, Y.-K. (2022). Effect of durations and pressures of cupping therapy on muscle stiffness of triceps. *Frontiers in Bioengineering and Biotechnology*, 10. doi:10.3389/fbioe.2022.996589
- Mediarti, D., & Lukman. (2022). Terapi Bekam Basah dalam menurunkan Nyeri Leher Dan Bahu Pada Pekerja kantor. *Journal of Complementary in Health*, 1(2), 36–39. doi:10.36086/jch.v1i2.1117
- Ma'Waa, A.J. (2015). Pengaruh Terapi Bekam Dan Muscle Energy Tecnique Terhadap Penurunan Nyeri Bahu Pada Pekerja Laundry.
- Mohamed El Sayed, S., Al-quliti, A.-S., Salah Mahmoud, H., Baghdadi, H., A. Maria, R., Mohamed Helmy Nabo, M., & Hefny, A. (2014). Therapeutic benefits of Al-Hijamah: In light of modern medicine and prophetic medicine. *American Journal of Medical and Biological Research*, 2(2), 46–71. doi:10.12691/ajmbr-2-2-3
- Newsunair. (2021). Retrieved from <https://news.unair.ac.id/2021/12/24/terapi-bekam-untuk-nyeri-neuropatik-kronik/?lang=id>
- Pratama, Y. B., Rasni, H., & W, W. (2018). Pengaruh TERAPI Bekam Kering terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan hipertensi di PSTW Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 94. doi:10.32528/ijhs.v0i0.1530
- Purnama, Y. H. (2018). Pengaruh Bekam Terhadap penurunan Nyeri Pada Klien dengan trapezius myalgia pada Pekerja Angkut di kecamatan jelbuk jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 66. doi:10.32528/ijhs.v0i0.1524

- Risniati, Y., Afrilia, A. R., Lestari, T. W., Nurhayati, N., & Siswoyo, H. (2020). Pelayanan Kesehatan tradisional bekam: Kajian mekanisme, Keamanan Dan Manfaat. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 212–225. doi:10.22435/jpppk.v3i3.2658
- Setyawan, A., Hikmah, I. N., Oktavianto, E., & Saifudin, I. M. (2022). Anatomical points of cupping therapy for musculoskeletal pain: A systematic review. *Nurse Media Journal of Nursing*, 12(3), 452–465. doi:10.14710/nmjn.v12i3.47082
- Shen, W.-C., Jan, Y.-K., Liau, B.-Y., Lin, Q., Wang, S., Tai, C.-C., & Lung, C.-W. (2022). Effectiveness of self-management of dry and wet cupping therapy for low back pain: A systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 101(51). doi:10.1097/md.00000000000032325
- Stephens, S. L., Selkow, N. M., & Hoffman, N. L. (2020). Dry cupping therapy for improving nonspecific neck pain and subcutaneous hemodynamics. *Journal of Athletic Training*, 55(7), 682–690. doi:10.4085/1062-6050-236-19
- Suharmanto. (2023). Retrieved from <https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Umar, N. K., Tursunbadalov, S., Surgun, S., Welcome, M. O., & Dane, S. (2018). The effects of wet cupping therapy on the blood levels of some heavy metals: A pilot study. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 11(6), 375–379. doi:10.1016/j.jams.2018.06.005
- Kusumawinakhyu, Titik. 2022. Bekam dan Kedokteran. Retrieved from <https://kedokteran.ump.ac.id/index.php/2017-05-23-03-17-16/news-fk/488-bekam-dan-kedokteran-dr-titik-kusumawinakhyu-m-biomed>
- Wajdi, M. F. (2018). Keutamaan Berbekam (Hijamah). Retrieved from <https://palontaraq.id/2018/12/15/keutamaan-berbekam-hijamah/>