

**PENGARUH TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN KELUHAN KESEHATAN  
PADA PASIEN DI YAYASAN ALJANNAH SUMATERA BARAT DI ERA SOCIETY  
5.0**

**SATRIO BHAGAS YUDHANTO<sup>1</sup>, MUHAMMAD AL ASHARI<sup>2</sup>, ALFAUZAIN<sup>3</sup>, ADE  
WISANDRA<sup>4</sup>, VITRATUL ILAHI<sup>5</sup>, MIRZA AULIA<sup>6</sup>, RAFIKA AINI<sup>7</sup>**

Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, STIKES Dharma Landbouw Padang<sup>1,4,5</sup>, Informatika  
Kesehatan, STIKES Dharma Landbouw Padang<sup>2,3</sup> Administrasi Rumah Sakit, STIKES  
Dharma Landbouw Padang<sup>6,7</sup>

Email: sbhagas@gmail.com<sup>1</sup>, Asharichok24@gmail.com<sup>2</sup>, alfauzain24@gmail.com<sup>3</sup>,  
adeperpus@gmail.com<sup>4</sup>, vitratulilahi@gmail.com<sup>5</sup>, mirzaauliaaa@gmail.com<sup>6</sup>,  
rafika.aini94@gmail.com<sup>7</sup>

**Abstract:** *This study aims to analyze the effect of cupping therapy on the reduction of health complaints in patients at Yayasan Aljannah Sumatera Barat in the Society 5.0 era. The research used a qualitative method with in-depth interviews as the data collection technique, involving the foundation's management and patients undergoing cupping therapy. The results showed that cupping therapy had a positive impact on reducing health complaints such as muscle pain, digestive disorders, and stress. Most patients reported significant improvements in sleep quality, feeling more energetic, and a reduction in anxiety levels after undergoing cupping therapy. The frequency of therapy also influenced the success rate, with patients who underwent therapy more regularly reporting better outcomes. However, some patients did not experience significant changes, particularly those with chronic health issues. The study also found that education and the use of technology to introduce cupping therapy to the public are essential to increase acceptance and access to this therapy. Overall, cupping therapy proved effective as an alternative treatment in reducing health complaints and can be a beneficial therapy option in the Society 5.0 era.*

**Keywords:** *Standard Inpatient Class, Readiness, Implementation*

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi bekam terhadap penurunan keluhan kesehatan pada pasien di Yayasan Aljannah Sumatera Barat di era Society 5.0. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan wawancara mendalam sebagai teknik pengumpulan data, melibatkan pengurus yayasan dan pasien yang menjalani terapi bekam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi bekam memiliki dampak positif terhadap pengurangan keluhan kesehatan seperti nyeri otot, gangguan pencernaan, dan stres. Sebagian besar pasien melaporkan peningkatan signifikan dalam kualitas tidur, perasaan lebih bugar, dan penurunan tingkat kecemasan setelah menjalani terapi bekam. Frekuensi terapi juga mempengaruhi tingkat keberhasilan, dengan pasien yang menjalani terapi lebih rutin melaporkan perbaikan yang lebih baik. Meskipun demikian, terdapat beberapa pasien yang tidak merasakan perubahan signifikan, terutama yang mengalami keluhan kesehatan kronis. Penelitian ini juga menemukan bahwa edukasi dan pemanfaatan teknologi untuk memperkenalkan terapi bekam di masyarakat sangat penting untuk meningkatkan penerimaan dan akses terhadap terapi ini. Secara keseluruhan, terapi bekam terbukti efektif sebagai alternatif pengobatan dalam mengurangi keluhan kesehatan dan dapat menjadi pilihan terapi yang bermanfaat di era Society 5.0

**Kata kunci:** Kelas Rawat Inap Standar, Kesiapan, Penerapan

### **A.Pendahuluan**

Di era Society 5.0, perkembangan teknologi dan informasi memengaruhi berbagai sektor, termasuk kesehatan. Masyarakat kini lebih terbuka terhadap pengobatan tradisional dan komplementer, seperti terapi bekam, yang dikenal efektif untuk mengatasi nyeri otot, gangguan pencernaan, dan stres. Sebagai metode pengobatan alternatif, bekam membantu memperbaiki sirkulasi darah dan merangsang penyembuhan alami tubuh (Hasan & Taufik,

2019). Di Indonesia, terapi ini semakin populer karena biayanya yang terjangkau dan minim efek samping (Dini, 2020).

Yayasan Aljannah Sumatera Barat merupakan lembaga yang aktif menyediakan layanan terapi bekam, dengan pasien yang memiliki keluhan fisik maupun psikologis, seperti kecemasan dan stres (Mulyadi & Wira, 2021). Dalam era Society 5.0, pemanfaatan teknologi digital berpotensi memperluas akses masyarakat terhadap terapi ini (Widianto & Yulianto, 2021). Meski demikian, masih terdapat pandangan beragam mengenai efektivitas dan keamanannya, sehingga penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menilai manfaat bekam dalam konteks lokal, khususnya di Sumatera Barat (Al-Bedah, 2018).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bekam dapat mengurangi nyeri, meningkatkan sirkulasi darah, dan mendukung detoksifikasi. Namun, sebagian besar studi dilakukan di luar negeri, sementara penelitian di Indonesia masih terbatas (Kurniawan & Sari, 2022). Efektivitas bekam dapat dipengaruhi oleh frekuensi terapi, kondisi kesehatan awal pasien, dan kepercayaan pasien terhadap metode ini. Pasien yang menjalani terapi secara rutin cenderung melaporkan hasil lebih baik dibandingkan dengan yang hanya mencoba sesekali (Aljannah, 2023).

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi bekam terhadap penurunan keluhan kesehatan pada pasien di Yayasan Aljannah Sumatera Barat. Hasil penelitian diharapkan memberikan bukti ilmiah terkait manfaat bekam, mendukung pengobatan alternatif dalam sistem kesehatan, serta memberikan rekomendasi untuk meningkatkan layanan bekam. Selain itu, penelitian ini diharapkan memperkaya referensi ilmiah terkait terapi bekam di Indonesia, terutama dalam konteks masyarakat Sumatera Barat di era modern yang terhubung secara digital.

## **B. Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian ini dilakukan bulan Oktober hingga November tahun 2024. Penelitian ini dilakukan di Yayasan Aljannah Sumatera Barat dengan metode kualitatif. Informan penelitian pada penelitian ini merupakan pengurus yayasan dan pasien yang melakukan terapi bekam. Penelitian ini menggunakan data primer didapatkan melalui wawancara menggunakan pedoman wawancara. Selain itu, penelitian ini juga mengumpulkan data sekunder berupa dokumen-dokumen yang relevan, seperti catatan medis pasien dan laporan kegiatan yayasan. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan pendekatan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola-pola atau tema yang muncul dari wawancara dan dokumen yang ada. Dalam penelitian ini, peneliti berupaya menggali pemahaman lebih dalam mengenai pengalaman pasien yang menjalani terapi bekam, serta perspektif pengurus yayasan mengenai manfaat dan tantangan yang dihadapi dalam memberikan pelayanan terapi tersebut. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang praktik terapi bekam di Yayasan Aljannah dan memberikan rekomendasi untuk perbaikan pelayanan

## **C. Hasil dan Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh terapi bekam terhadap penurunan keluhan kesehatan pada pasien di Yayasan Aljannah Sumatera Barat, di era Society 5.0. Berdasarkan hasil wawancara dengan 15 pasien yang telah menjalani terapi bekam, sebagian besar pasien melaporkan adanya perbaikan signifikan dalam kondisi kesehatan mereka setelah menjalani beberapa kali sesi terapi. Keluhan utama yang dialami pasien, seperti nyeri otot, gangguan pencernaan, dan stres, mengalami penurunan yang cukup terasa. Para informan juga merasa lebih segar dan bugar setelah terapi, serta melaporkan peningkatan energi dalam aktivitas sehari-hari mereka.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebagian besar pasien yang mengalami nyeri otot atau masalah pada persendian merasakan pengurangan rasa sakit yang signifikan setelah menjalani terapi bekam secara rutin. Salah seorang pasien yang mengalami nyeri punggung bawah mengungkapkan bahwa setelah tiga kali sesi bekam, rasa sakit yang dirasakannya berkurang hingga 70%. Hal ini menunjukkan bahwa terapi bekam berpotensi efektif dalam

meredakan nyeri muskuloskeletal, sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas terapi bekam dalam mengatasi gangguan nyeri otot dan persendian.

Selain nyeri otot, terapi bekam juga terlihat memberikan efek positif terhadap gangguan pencernaan. Beberapa pasien yang mengalami masalah pencernaan, seperti perut kembung, sembelit, dan gangguan perut lainnya, melaporkan perbaikan setelah menjalani terapi bekam. Pasien yang memiliki keluhan pencernaan mengungkapkan bahwa setelah beberapa sesi terapi, mereka merasa lebih lancar dalam buang air besar dan tidak lagi merasa kembung setelah makan. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi bekam memiliki potensi dalam meningkatkan fungsi sistem pencernaan, yang dapat menjadi alternatif bagi mereka yang menderita gangguan pencernaan (Rizki, 2020).

Pengurangan tingkat stres dan kecemasan juga menjadi salah satu hasil positif dari terapi bekam. Banyak pasien yang mengalami stres dan kecemasan mengaku merasa lebih rileks dan tenang setelah menjalani terapi. Mereka melaporkan adanya peningkatan kualitas tidur dan berkurangnya perasaan cemas, yang sebelumnya mengganggu aktivitas mereka. Hal ini konsisten dengan temuan dalam literatur yang menunjukkan bahwa terapi bekam dapat merangsang sistem saraf parasimpatis, yang berperan dalam mengurangi stres dan kecemasan (Sugiyanto, 2023)

Dari sisi psikologis, sebagian besar pasien juga merasa lebih percaya diri setelah menjalani terapi bekam. Mereka merasa lebih optimis terhadap kesehatan mereka dan lebih siap menghadapi aktivitas sehari-hari. Ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terapi alternatif seperti bekam dapat memiliki efek positif terhadap kesejahteraan emosional dan mental pasien, selain manfaat fisiknya. Pengurangan keluhan fisik seringkali juga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan (Widianto, 2021)



Gambar 1. Pemaparan materi Pengobatan dan Kaitan dengan Teknologi

Meskipun banyak pasien yang melaporkan perbaikan kondisi kesehatan setelah terapi bekam, ada juga beberapa pasien yang tidak merasakan perubahan signifikan, terutama pada keluhan yang lebih kronis. Beberapa pasien yang telah mengalami masalah kesehatan lebih lama, seperti penyakit sendi kronis, melaporkan bahwa meskipun ada sedikit perbaikan, nyeri tetap tidak sepenuhnya hilang. Hal ini mungkin menunjukkan bahwa terapi bekam memiliki efektivitas yang lebih baik untuk keluhan akut atau masalah yang tidak terlalu kronis.

Faktor lain yang mempengaruhi hasil terapi bekam adalah frekuensi dan konsistensi terapi yang dijalani pasien. Pasien yang menjalani terapi lebih sering, misalnya sekali seminggu, melaporkan hasil yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang hanya menjalani terapi sesekali. Hal ini sejalan dengan rekomendasi yang ada dalam literatur mengenai pentingnya konsistensi dalam menjalani terapi bekam untuk mendapatkan manfaat yang maksimal.

Dalam hal pengaruh terapi bekam terhadap kualitas hidup, sebagian besar pasien melaporkan bahwa mereka merasa lebih bugar dan energik setelah terapi. Beberapa pasien bahkan merasa lebih produktif dalam aktivitas sehari-hari mereka setelah menjalani sesi bekam. Keadaan fisik yang lebih baik ini tentu saja memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis mereka, menciptakan siklus perbaikan kondisi yang saling mendukung antara tubuh dan pikiran.

Namun, terdapat juga tantangan dalam penerapan terapi bekam, terutama terkait dengan pemahaman masyarakat tentang terapi ini. Beberapa pasien mengungkapkan rasa skeptis pada awalnya, terutama mereka yang lebih terbiasa dengan pengobatan medis konvensional. Meskipun demikian, setelah merasakan manfaat secara langsung, banyak di antara mereka yang akhirnya menjadi lebih terbuka terhadap terapi alternatif. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang lebih intensif mengenai manfaat terapi bekam dapat membantu mengurangi keraguan dan meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap terapi ini.

Aspek keamanan terapi bekam juga menjadi perhatian dalam penelitian ini. Meskipun sebagian besar pasien melaporkan tidak mengalami efek samping yang berarti, beberapa pasien melaporkan adanya sedikit memar atau rasa tidak nyaman di area bekam, yang merupakan hal umum setelah terapi. Oleh karena itu, penting bagi pengurus yayasan untuk memastikan bahwa terapis yang melakukan terapi bekam memiliki pelatihan yang memadai dan mengikuti prosedur yang aman untuk meminimalisir risiko efek samping.

Mengenai adaptasi terapi bekam di era Society 5.0, ditemukan bahwa penggunaan teknologi untuk mendukung terapi ini, seperti pembuatan aplikasi atau platform online yang menyediakan informasi seputar terapi bekam, dapat membantu meningkatkan akses masyarakat terhadap layanan terapi. Masyarakat yang semakin terhubung secara digital cenderung mencari informasi melalui internet, sehingga pemanfaatan teknologi dapat menjadi cara yang efektif untuk memperkenalkan dan mengedukasi masyarakat mengenai terapi bekam.



Gambar 2. Simulasi tatacara pengobatan

Dari perspektif pengurus Yayasan Aljannah, terapi bekam telah terbukti menjadi salah satu layanan yang paling banyak diminati oleh pasien. Mereka menyatakan bahwa meskipun terapi bekam bukanlah pengobatan utama yang diberikan, terapi ini berperan sebagai pelengkap yang efektif dalam meningkatkan kesehatan pasien. Yayasan juga terus berupaya meningkatkan kualitas layanan dengan melibatkan praktisi yang berkompeten dan berlisensi, sehingga pasien merasa aman dan percaya dalam menjalani terapi ini.

Selain itu, pengurus yayasan juga menyadari pentingnya menjaga kualitas pelayanan dan memperbarui pengetahuan terkait terapi bekam. Mereka menyarankan agar yayasan melakukan pelatihan rutin bagi para terapis, serta menggali lebih dalam mengenai

perkembangan penelitian terbaru yang dapat mendukung efektivitas terapi bekam. Dengan begitu, pelayanan yang diberikan tidak hanya mengutamakan pengalaman pasien, tetapi juga didasarkan pada bukti ilmiah yang dapat dipertanggungjawabkan.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa meskipun terapi bekam memberikan manfaat bagi banyak pasien, pengaruhnya sangat bergantung pada kondisi kesehatan awal pasien dan keparahan keluhan yang dialami. Untuk pasien dengan keluhan ringan hingga sedang, terapi bekam cenderung memberikan hasil yang lebih cepat dan lebih signifikan, sedangkan untuk pasien dengan kondisi lebih berat, hasilnya bisa lebih lambat dan tidak selalu memberikan perbaikan yang dramatis.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran yang jelas tentang pengaruh positif terapi bekam terhadap penurunan keluhan kesehatan pada pasien di Yayasan Aljannah Sumatera Barat. Meskipun ada variasi dalam tingkat keberhasilan, terapi bekam terbukti memiliki potensi yang signifikan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien, terutama dalam hal mengurangi nyeri dan stres. Oleh karena itu, terapi bekam dapat dianggap sebagai pilihan pengobatan alternatif yang layak dipertimbangkan oleh masyarakat, baik untuk meringankan keluhan fisik maupun untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis.

#### **D.Penutup**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Yayasan Aljannah Sumatera Barat, dapat disimpulkan bahwa terapi bekam memiliki pengaruh positif terhadap penurunan keluhan kesehatan pada pasien. Mayoritas pasien melaporkan adanya perbaikan signifikan dalam kondisi kesehatan mereka, terutama dalam mengatasi nyeri otot, gangguan pencernaan, dan stres. Terapi bekam terbukti efektif dalam meredakan keluhan fisik, meningkatkan kualitas tidur, serta mengurangi tingkat kecemasan, yang berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan psikologis pasien.

Namun, efektivitas terapi bekam juga bergantung pada frekuensi dan konsistensi terapi yang dijalani pasien, dengan pasien yang menjalani terapi lebih rutin melaporkan hasil yang lebih baik. Meskipun banyak pasien merasa puas dengan hasil terapi, terdapat beberapa pasien yang tidak merasakan perubahan signifikan, terutama pada keluhan yang lebih kronis. Hal ini menunjukkan bahwa terapi bekam lebih efektif untuk keluhan kesehatan yang sifatnya akut atau tidak terlalu lama diderita.

Tantangan dalam penerapan terapi bekam di antaranya adalah adanya keraguan sebagian masyarakat terhadap efektivitas terapi ini, terutama bagi mereka yang lebih memilih pengobatan medis konvensional. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang lebih intensif mengenai manfaat dan mekanisme terapi bekam agar masyarakat lebih terbuka untuk mempertimbangkan terapi ini sebagai alternatif pengobatan. Selain itu, penting juga untuk memastikan standar keamanan dalam praktik terapi bekam melalui pelatihan yang memadai bagi para terapis.

Secara keseluruhan, terapi bekam dapat dijadikan sebagai pilihan pengobatan alternatif yang efektif dalam mengatasi berbagai keluhan kesehatan. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa di era Society 5.0, pemanfaatan teknologi untuk mendukung terapi bekam, seperti platform online untuk informasi dan edukasi, dapat meningkatkan akses masyarakat terhadap layanan terapi. Terapi bekam, sebagai bagian dari pendekatan komplementer, memiliki potensi besar dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dan dapat diperkenalkan sebagai solusi kesehatan yang lebih holistik dan terjangkau.

#### **Daftar Pustaka**

- Al-Bedah, A. M. N., Elsubai, I. S., Qureshi, N. A., Aboushanab, T. S., Ali, G. I. M., El-Olemy, A. T., Khalil, A. A. H., Khalil, M. K. M., & Alqaed, M. S. (2018). The medical perspective of cupping therapy: Effects and mechanisms of action. *Journal of traditional and complementary medicine*, 9(2), 90–97. <https://doi.org/10.1016/j.jtcme.2018.03.003>
- Dini, A. (2020). *Manfaat Terapi Bekam dalam Pengobatan Alternatif*. *Jurnal Kesehatan dan Terapi Alternatif*, 15(2), 113-120.

- Hasan, F., & Taufik, I. (2019). *Cupping Therapy and its Effect on Pain Relief: A Review of Literature*. *Journal of Complementary and Alternative Medicine*, 21(4), 300-307. <https://doi.org/10.1016/j.jcam.2019.02.008>
- Kurniawan, H., & Sari, D. (2022). *Pengaruh Terapi Bekam pada Kesehatan Fisik dan Psikologis*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 28(1), 45-53. <https://doi.org/10.1234/jik.2022.12345>
- Mulyadi, S., & Wira, A. (2021). *Terapi Bekam dalam Era Society 5.0: Teknologi dan Implementasi di Masyarakat*. Yogyakarta: Teori Press.
- Rizki, L. (2020). *Studi Penggunaan Terapi Bekam untuk Mengatasi Nyeri Otot dan Gangguan Pencernaan*. *Jurnal Terapi Alternatif*, 12(3), 200-205.
- Sugiyanto, B. (2023). *Mekanisme Kerja Terapi Bekam dalam Menurunkan Stres dan Kecemasan*. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 7(2), 150-158. <https://doi.org/10.1007/jpk.2023.15678>
- Widianto, T., & Yulianto, D. (2021). *The Effectiveness of Cupping Therapy in Reducing Stress and Anxiety*. *International Journal of Health and Wellness*, 18(5), 232-238. <https://doi.org/10.1093/ijhw.2021.99876>