



DRY CUPPING TRAINING FOR CARERS AT THE BISMA UPAKARA PEMALANG SOCIAL SERVICES HOUSE

Sri M Yuniarshih*

Dosen Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan Pekalongan, Indonesia

Nunung Hasanah

Dosen Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan Pekalongan, Indonesia

Rahajeng W Martani

Dosen Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan Pekalongan, Indonesia

Izna Ayu Rakasiwi

Mahasiswa Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pekalongan Pekalongan, Indonesia
Kota, Negara

*corresponding author: unipekalongan@gmail.com

Keywords:

Bekam,
dry cupping,
lansia

ABSTRACT

Lanjut usia sering mengalami permasalahan kesehatan. Proses degeneratif yang terjadi hampir di semua sistem dapat menyebabkan beberapa keluhan seperti nyeri kepala, ketegangan leher dan juga sulit tidur. Penatalaksanaan keluhan atau penyakit pada lansia lebih diarahkan untuk mengurangi penggunaan obat kimia, karena berisiko terjadi polifarmasi. Oleh karena itu terapi non farmakologi, salah satunya adalah terapi komplementer bekam. Bekam juga merupakan teknik terapi yang mudah diperlakukan dan hampir tidak memiliki efek yang membahayakan. Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bisma Upakara Pemalang merupakan unit pelaksana teknis Dinas Sosial Provinsi Jawa Tengah yang memberikan pelayanan pada lansia yang tidak mampu. Pengabdian masyarakat ini diikuti oleh pengasuh di PPSLU Bisma Upakara Pemalang sebanyak 20 peserta. Metode yang digunakan adalah pemberian materi untuk menambah pengetahuan pengasuh dan dilanjutkan dengan demonstrasi bekam kering. Dari hasil pre post test mengenai kesehatan lansia dan teknik bekam kering dan manfaatnya diketahui terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 54,5 menjadi 90,5. Diharapkan setelah kegiatan ini, pengasuh dapat mengaplikasikan ketrampilan teknik bekam kering untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan lansia di panti.

PENDAHULUAN

Pelayanan lansia telah diatur dalam undang-undang nomor 13 tahun 1998 pasal 3 yang menyatakan bahwa upaya meningkatkan kesejahteraan sosial lanjut usia meliputi pelaksanaan pelayanan bimbingan fisik, pelayanan bimbingan keagamaan/ mental spiritual, pelayanan bimbingan sosial serta bimbingan keterampilan dan telah mencakup segala aspek yang dibutuhkan lansia untuk memenuhi aspek yang diperlukan untuk beradaptasi(1), (2).

Pelayanan bimbingan fisik terkait dengan pemenuhan kebutuhan fisik lansia termasuk kebutuhan kesehatan. Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan beberapa penyakit yang banyak dialami lansia adalah penyakit tidak menular seperti diabetes mellitus, penyakit sendi, stroke dan cidera yang memerlukan perawatan jangka panjang (3). Pelayanan kesehatan di Panti dilakukan oleh pengasuh, dimana sebagian besar latar pendidikan pengasuh bukan berasal dari kesehatan. Hal ini menjadi salah satu permasalahan permasalahan yang perlu mendapat perhatian mengingat begitu kompleks permasalahan kesehatan yang dialami lansia.

Bekam kering merupakan salah satu terapi komplementer yang banyak memberikan manfaat untuk kesehatan diantaranya dapat menurunkan nyeri punggung bawah, menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, nyeri otot dan sendi serta kaku leher (Low Back Pain) (4–6). Selain itu bekam kering sangat mudah dilakukan dan hampir tidak ada efek berbahaya

Tehnik bekam kering hanya dengan melakukan penyedotan pada cupping di permukaan kulit yang sudah ditentukan titiknya dengan kekuatan dan waktu tertentu, penyedotan gelas atau cup dengan menggunakan alat penyedot khusus.

Pengabdian masyarakat ini sesuai dengan roadmap pengabdian masyarakat bidang ilmu kesehatan Universitas Pekalongan tahun 2021-2025 Pengembangan Model Standarisasi Terapi alternatif dan komplementer, dalam hal ini pelatihan keperawatan komplementer bekam kering untuk pengasuh di PPSLU Bisma Upakara Pemalang.

METODE

Waktu dan Tempat

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis, 12 Januari 2023 di Aula PPSLU Bisma Upakara Pemalang dengan jumlah peserta sebanyak 20 pegawai dan pengasuh. Kegiatan di mulai pukul 10.00 sampai dengan 12.30.

Tehnik Pelaksanaan

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan tim PKM Universitas Pekalongan berjumlah 4 orang dengan Panti Pelayanan Sosial Bisma Upakara Pemalang.

Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan ini berupa Evaluasi proses dan Evaluasi hasil. Evaluasi proses dapat diukur dengan kesesuaian perencanaan yang disusun dengan kegiatan yang terlaksana. Kegiatan berjalan dengan lancar sesuai dengan urutan kegiatan yang telah direncanakan. Jumlah peserta yang mengikuti juga sesuai dengan yang diharapkan. Antusiasme peserta terlihat baik ditunjukkan dengan keaktifan peserta saat sesi diskusi dan saat mempraktikkan teknik bekam kering tersebut. Evaluasi pengetahuan peserta mengenai masalah kesehatan lansia dan teknik bekam kering menggunakan pengukuran pre dan post test dengan meminta peserta mengisi kuesioner yang telah dibuat. Sedangkan evaluasi ketrampilan dilakukan dengan penilaian demonstrasi yang dilakukan oleh peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran keterlaksanaan Program

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan persiapan dan koordinasi yang dilakukan oleh tim peneliti. Mitra mempersiapkan tempat, mengkondisikan peserta serta menyediakan sarana prasarana seperti LCD, Laptop dan Soundsystem. Tim peneliti menyiapkan materi, Peralatan untuk demonstrasi, konsumsi kegiatan dan set alat bekam yang akan diberikan ke pihak mitra .Materi pengantar mengenai kesehatan lansia dan bekam kering disampaikan dengan ceramah dan tanya jawab kemudian dilanjutkan dengan sesi demonstrasi teknik bekam kering dan bekam luncur.



Gambar 1. Ceramah, tanya jawab dan demonstrasi.

Secara ilmiah bekam dapat digunakan sebagai upaya preventif, kuratif dan rehabilitatif. Bekam terbukti efektif dalam mengurangi resiko penyakit kardiovaskuler, pengobatan berbagai penyakit seperti hipertensi, migrain, carpal tunnel sindroma dan juga rehabilitasi stroke (7). Merupakan teknik pengekopan, dimana kulit pasien dihisap dengan alat vakum (kop) pada area tertentu, tanpa prosedur pengeluaran darah/ CPS. Bekam kering dianggap lebih aman dibandingkan bekam basah. Namun dari segi manfaat, bekam kering ini lebih terbatas.

Evaluasi hasil kami lakukan dengan pengukuran pengetahuan peserta mengenai teknik bekam kering, masalah umum kesehatan lansia serta observasi teknik bekam oleh perwakilan peserta.

Tabel 1. Tingkat pengetahuan responden tentang kesehatan lansia dan bekam kering(n=20)

Variabel	Pre Test	Post Test
ID Responden		
01	40	90
02	60	90
03	70	100
05	60	90
06	50	100
07	50	100
08	80	100
09	70	100
10	60	100
11	50	100
12	50	100
13	50	100
14	60	90
15	60	100
16	60	100
17	90	90
18	40	80
19	40	100
20	50	80
Rerata	54,5	90,5

Hasil Pendidikan kesehatan mengenai permasalahan kesehatan lansia dan teknik bekam kering menunjukkan terdapat peningkatan sebesar 36 poin. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan mengenai kesehatan lansia dan teknik melakukan bekam kering. Edukasi dengan teknik ceramah, tanya jawab, diskusi dan demonstrasi terbukti mampu meningkatkan pengetahuan peserta. Sebuah penelitian tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI terbukti menunjukkan efektifitas yang baik dalam meningkatkan pengetahuan (8). sebuah penelitian lain yang dilakukan oleh (9) merekomendasikan metode demonstrasi dalam perencanaan pendidikan kesehatan untuk tujuan meningkatkan ketrampilan peserta/ responden.

Pengukuran ketrampilan dan kemampuan melakukan bekam kering pada peserta dengan teknik observasi, beberapa peserta telah mencoba melakukan teknik bekam kering kepada peserta yang lain dengan urutan yang tepat sesuai dengan standart yang telah diajarkan.



Gambar 2. Peserta mendemonstrasikan teknik bekam kering

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan untuk pengasuh telah dilaksanakan sesuai dengan perencanaan. Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan yang dimiliki oleh petugas dalam hal teknik bekam kering dapat digunakan sebagai bekal dalam membantu menjaga kesehatan lansia di panti pelayanan sosial lanjut usia Bisma Upakara Pemalang. Kegiatan pengabdian ini merupakan salah satu implementasi Kerjasama Tridharma Perguruan Tinggi antara Fakultas Ilmu Kesehatan khususnya Program Studi Keperawatan dan Ners dengan PPSLU Bisma Upakara Pemalang. Implementasi kegiatan selanjutnya adalah pembelajaran praktik keperawatan Gerontik untuk mahasiswa profesi Ners, sehingga hasil pengabdian masyarakat ini dapat diaplikasikan bersama antara mahasiswa dan pengasuh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Pekalongan atas dukungan pendanaan kegiatan ini sehingga segala sesuatunya berjalan dengan lancar. Terimakasih penulis ucapan juga kepada segenap mitra pengabdian masyarakat kami, Panti Pelayanan Sosial Bisma Upakara Pemalang, baik pimpinan, pengasuh dan juga lansia/ penerima manfaat.

REFERENSI

- Afriansyah A, Santoso MB. Pelayanan Panti Werdha Terhadap Adaptasi Lansia. Responsive. 2020;2(3):139.
- Hakim LN. Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Aspir J Masal Sos. 2020;11(1):43–55.
- Kemenkes RI. Policy Paper ANALISIS KEBIJAKAN MEWUJUDKAN LANJUT USIA SEHAT MENUJU LANJUT USIA AKTIF (ACTIVE AGEING). 2019.
- de Melo Salemi M, da Silva Alves Gomes VM, Bezerra LMR, de Souza Melo TM, de Alencar GG, de Mélo Montenegro IHP, et al. Effect of Dry Cupping Therapy on Pain and Functional Disability in Persistent Non-Specific Low Back Pain: A Randomized Controlled Clinical Trial. JAMS J Acupunct Meridian Stud. 2021;14(6):219–30.
- Klecan K. The Use of Dry Cupping with Active Movement to Increase Functional Mobility and Decrease Pain in a Patient with Cervical Disc Disorder: A Case Report. 2018.
- Smith JD, Morrison A, Villarreal M. Effects of Brief Dry Cupping on Muscle Soreness in the Gastrocnemius Muscle and Flexibility of the Ankle. Asian J Kinesiol. 2021 Oct 31;23(4):3–11.
- Setyawan A. CUPPING FOR NURSING Tinjauan Syar'iyah dan Ilmiah. Muslim PYC; 2022.
- Aeni N. 162 Jurnal Care Vol .6, No.2,Tahun 2018. J Care. 2018;6(2):162–74.
- Pamela RS, Patras R. Gambaran Metode Demonstrasi Terhadap Peningkatan Prestasi Mahasiswa Semester II Pada Keterampilan Memandikan Pasien di Akademi Perawatan RS PGI Cikini. J Keperawatan Cikini. 2020;1(1):1–5.