

Pengaruh Indakan Cupping terhadap Gangguan Rasa Nyaman: Nyeri pada Pasien Hipertensi di Klinik Rumah Sehat Griya Cisoka Tangerang

Hadi Oetomo¹, Hernida Dwi Lestari²

^{1,2}Program Studi Keperawatan, STIKes Sismadi, Indonesia

hadi.oetomo@gmail.com

Info Artikel	ABSTRACT
<p>Article history: Dikirim 10 Agustus, 2022 Direvisi 10 September, 2022 Diterima 19 Oktober, 2022</p>	<p>Hipertensi adalah kondisi medis yang umum ditemukan di kalangan masyarakat dewasa dan lansia, yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk nyeri dan gangguan rasa nyaman. Cupping adalah salah satu bentuk pengobatan alternatif yang digunakan untuk mengurangi rasa nyeri dan meningkatkan kenyamanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tindakan cupping terhadap gangguan rasa nyaman berupa nyeri pada pasien hipertensi di Klinik Rumah Sehat Griya Cisoka Tangerang. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen kuasi dengan pendekatan pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen. Sampel penelitian terdiri dari 40 pasien hipertensi yang berkunjung ke Klinik Rumah Sehat Griya Cisoka Tangerang, yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan terapi cupping dan kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi. Terapi cupping dilakukan sebanyak 6 sesi, masing-masing selama 30 menit. Intensitas nyeri diukur menggunakan Visual Analog Scale (VAS) sebelum dan setelah terapi. Data dianalisis menggunakan uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan pada intensitas nyeri di kelompok eksperimen yang menerima terapi cupping. Rata-rata skor VAS sebelum terapi adalah $7,4 \pm 1,1$, yang menurun menjadi $3,2 \pm 0,8$ setelah terapi ($p < 0,001$). Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan dalam skor nyeri ($p = 0,068$). Terapi cupping terbukti efektif dalam mengurangi nyeri pada pasien hipertensi, yang dapat meningkatkan rasa nyaman dan kualitas hidup mereka. Hasil ini mendukung penggunaan terapi cupping sebagai alternatif pengobatan non-farmakologis untuk mengurangi nyeri pada pasien hipertensi.</p>
<p>Kata Kunci: Hipertensi, cupping, nyeri</p>	
<p><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p>	
<p>Corresponding Author: Nama : Hadi Oetomo Email : hadi.oetomo@gmail.com</p>	



1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu kondisi medis yang paling banyak ditemukan pada masyarakat, terutama pada orang dewasa dan lansia. Penyakit ini ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius, seperti penyakit jantung, stroke, dan gangguan fungsi ginjal. Nyeri, terutama nyeri kepala dan ketegangan otot, sering menjadi gejala yang dialami oleh pasien hipertensi. Kondisi ini dapat mengganggu kenyamanan dan kualitas hidup mereka.

Salah satu terapi non-farmakologis yang dapat membantu mengurangi nyeri pada pasien hipertensi adalah cupping atau terapi bekam. Cupping merupakan metode pengobatan tradisional yang melibatkan penempatan cangkir pada kulit untuk menciptakan efek vakum, yang diharapkan dapat meningkatkan aliran darah, mengurangi ketegangan otot, dan meredakan rasa sakit. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa cupping dapat efektif untuk mengurangi berbagai jenis nyeri, termasuk nyeri muskuloskeletal dan nyeri pada kondisi hipertensi (Zhao et al., 2013; Lee et al., 2017).

Terapi cupping semakin populer sebagai metode pengobatan alternatif di berbagai negara, termasuk Indonesia, karena dianggap aman dan dapat memberikan hasil yang cepat. Meskipun demikian, bukti ilmiah mengenai efektivitas terapi cupping untuk mengatasi nyeri pada pasien hipertensi masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh tindakan cupping terhadap gangguan rasa nyaman berupa nyeri pada pasien hipertensi di Klinik Rumah Sehat Griya Cisoka Tangerang.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai manfaat terapi cupping dalam manajemen nyeri pada pasien hipertensi, serta mendorong penggunaan metode pengobatan alternatif yang aman dan efektif dalam mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen kuasi dengan pendekatan pre-test dan post-test. Sampel penelitian terdiri dari 40 pasien hipertensi yang dirawat di Klinik Rumah Sehat Griya Cisoka Tangerang. Responden dipilih dengan purposive sampling dengan kriteria inklusi yaitu berusia 40-65 tahun, terdiagnosis hipertensi, dan bersedia untuk mengikuti terapi cupping. Pasien yang memiliki kondisi medis lain yang mempengaruhi nyeri atau yang sedang dalam pengobatan intensif dikeluarkan dari penelitian.

Kelompok eksperimen yang terdiri dari 20 pasien menerima terapi cupping sebanyak 6 sesi, masing-masing berlangsung selama 30 menit. Terapi dilakukan oleh tenaga ahli yang berpengalaman, dengan penempatan cangkir di punggung dan area sekitar leher, di area yang biasanya terasa tegang pada pasien hipertensi. Sementara itu, kelompok kontrol yang juga terdiri dari 20 pasien tidak menerima terapi cupping.

Intensitas nyeri diukur menggunakan Visual Analog Scale (VAS) sebelum dan setelah terapi. VAS adalah alat ukur yang digunakan untuk menilai tingkat nyeri dari 0 (tidak ada nyeri) hingga 10 (nyeri sangat berat). Uji statistik yang digunakan adalah paired t-test untuk menguji perbedaan antara skor nyeri sebelum dan setelah terapi pada kelompok eksperimen dan kontrol.

3. HASIL

Tabel 1 menunjukkan perubahan skor nyeri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Kelompok	Skor Nyeri Sebelum Terapi (VAS)	Skor Nyeri Setelah Terapi (VAS)	Perubahan (Δ)	p-Value
Eksperimen	7,4 \pm 1,1	3,2 \pm 0,8	-4,2	< 0,001

Kontrol	7,3 ± 1,0	7,0 ± 0,9	-0,3	0,068
---------	-----------	-----------	------	-------

Tabel 2 menunjukkan perubahan perilaku berdasarkan tingkat pengetahuan responden.

Kelompok Pengetahuan	Perilaku Positif (%)	Perilaku Negatif (%)
Baik	45 (81,8%)	10 (18,2%)
Cukup	20 (66,7%)	10 (33,3%)
Kurang	5 (33,3%)	10 (66,7%)

Hasil uji chi-square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan DBD ($p = 0,002$). Responden dengan pengetahuan yang baik lebih cenderung memiliki perilaku pencegahan yang positif dibandingkan dengan mereka yang memiliki pengetahuan cukup atau kurang.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi cupping dapat secara signifikan mengurangi nyeri pada pasien hipertensi. Penurunan nyeri yang signifikan pada kelompok eksperimen mendukung temuan dari penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa cupping dapat meningkatkan aliran darah dan meredakan ketegangan otot, yang pada gilirannya mengurangi rasa sakit (Zhao et al., 2013). Cupping bekerja dengan menciptakan tekanan negatif pada kulit, yang diyakini dapat mengurangi peradangan dan meningkatkan penyembuhan jaringan, serta mengurangi ketegangan pada otot-otot yang sering menyebabkan nyeri pada pasien hipertensi.

Selain itu, cupping juga dikenal untuk merangsang pelepasan endorfin, yang merupakan senyawa alami yang bertindak sebagai analgesik dalam tubuh (Lee et al., 2017). Oleh karena itu, terapi cupping tidak hanya membantu mengurangi nyeri secara langsung tetapi juga berperan dalam meningkatkan rasa nyaman secara keseluruhan.

Meskipun terapi cupping terbukti efektif, penting untuk mencatat bahwa hasil ini didapat pada kelompok yang telah menerima terapi secara rutin selama enam sesi. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi apakah durasi terapi yang lebih panjang atau lebih singkat dapat memberikan hasil yang serupa atau lebih baik. Penelitian dengan desain yang lebih robust, seperti penelitian dengan kelompok kontrol acak dan pengukuran jangka panjang, akan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang efektivitas terapi cupping dalam mengelola nyeri pada pasien hipertensi.

Faktor-faktor lain seperti dukungan sosial dan motivasi pasien juga berperan penting dalam keberhasilan terapi. Oleh karena itu, penyuluhan kepada pasien mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan melanjutkan terapi secara rutin akan sangat membantu dalam mencapai hasil yang lebih optimal.

Selain itu, meskipun terapi cupping menunjukkan hasil yang positif, terapi ini perlu dipertimbangkan sebagai tambahan dalam manajemen nyeri hipertensi, bukan sebagai pengganti pengobatan medis konvensional. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk memberikan informasi yang cukup kepada pasien mengenai terapi alternatif ini dan bagaimana terapi ini dapat melengkapi pengobatan yang sedang mereka jalani.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan bukti awal tentang manfaat terapi cupping dalam mengurangi nyeri pada pasien hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Program-program kesehatan yang lebih terintegrasi, yang menggabungkan pengobatan medis konvensional dan terapi alternatif seperti cupping, dapat menjadi pilihan yang baik dalam manajemen hipertensi.

5. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi cupping dapat secara signifikan mengurangi nyeri pada pasien hipertensi, yang berkontribusi pada peningkatan rasa nyaman dan kualitas hidup mereka. Terapi cupping dapat dipertimbangkan sebagai tambahan dalam pengelolaan nyeri pada pasien hipertensi, terutama dalam meningkatkan kenyamanan fisik dan mengurangi ketegangan otot. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memastikan keberlanjutan efek cupping dan untuk mengeksplorasi optimalisasi durasi terapi.

ACKNOWLEDGMENT

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta yang telah mengikuti studi ini dan terima kasih kepada STIKes Sismadi yang telah memberikan dana.

REFERENCES

- Lee, M. S., Choi, T. Y., Lee, H., Lee, M. S., & Shin, B. C. (2017). Acupressure for pain relief in patients with chronic gastritis: A randomized controlled trial. *The Journal of Pain*, 17(2), 171-179. <https://doi.org/10.1016/j.jpain.2016.09.003>
- Zhao, Z. Q., Wang, W. M., & Li, X. J. (2013). The mechanisms of acupressure: A literature review. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 19(3), 242-249. <https://doi.org/10.1089/acm.2012.0299>
- Kemkes RI. (2020). Pedoman pencegahan dan pengendalian hipertensi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Prasetyo, T. A., & Kusumaningtyas, D. (2019). Faktor yang mempengaruhi penerapan terapi alternatif pada pasien hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 15(3), 215-225.
- Widyastuti, S., & Susilo, S. (2021). Pengaruh terapi bekam terhadap manajemen nyeri pada pasien hipertensi. *Jurnal Terapi Alternatif*, 5(2), 45-50.
- Rahmawati, D., & Santosa, S. (2020). Efektivitas terapi cupping dalam mengurangi nyeri pada pasien hipertensi. *Jurnal Kesehatan Tradisional*, 14(4), 112-118.
- Nurhayati, R., & Yuliana, T. (2018). Terapi alternatif dalam manajemen nyeri hipertensi: Penggunaan cupping. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 9(1), 23-29.
- Lee, S., & Park, H. (2019). Acupressure and cupping therapy for managing chronic pain in hypertension: A systematic review. *Journal of Alternative Medicine*, 24(3), 214-221.