

BEKAM DAN DIABETES

Rizka Fadilah¹, Indri Seta Septadina^{2*}

¹Program Studi Biomedik, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia

²Bagian Anatomi, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang angka prevalensinya secara global semakin meningkat. Pengobatan konvensional tetap menjadi pilihan utama, namun minat terhadap terapi komplementer seperti bekam mulai diperhatikan dalam beberapa tahun terakhir. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara praktik bekam dengan manajemen diabetes. Beberapa bukti menunjukkan potensi bekam sebagai terapi komplementer dalam manajemen diabetes, namun masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengkonfirmasi efektivitas dan mekanisme dari terapi bekam ini. Bekam dapat dipertimbangkan sebagai terapi tambahan, bukan sebagai pengganti untuk perawatan diabetes konvensional dan harus dilakukan dibawah pengawasan medis yang tepat.

Kata Kunci: Bekam, Diabetes Melitus, Glukosa Darah, Terapi Komplementer

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease whose prevalence rate is increasing globally. Conventional treatment remains the main option, but interest in complementary therapies such as cupping has been gaining attention in recent years. This literature review aims to explore the relationship between cupping practice and diabetes management. Some evidence suggests the potential of cupping as a complementary therapy in diabetes management, but further research is needed to confirm the effectiveness and mechanism of this cupping therapy. Cupping can be considered as an adjunctive therapy, not as a substitute for conventional diabetes care and should be performed under appropriate medical supervision.

Keywords: cupping therapy, diabetes mellitus, blood glucose, complementary therapy

Correspondence Author : Indri Seta Septadina

Department of Anatomy, Faculty of Medicine, Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia

Email: indrisetaseptadina@fk.unsri.ac.id

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit metabolisme dimana tubuh manusia tidak dapat memproduksi atau menggunakan insulin sehingga gula yang dikonsumsi tidak diubah menjadi energi.¹ Menurut Data dari *International Diabetes Federation (IDF)*, 537 juta orang dewasa (usia 20-79 tahun) hidup dengan diabetes pada tahun 2021, dan angka ini diproyeksikan akan meningkat menjadi 783 juta jiwa pada tahun 2045.² Peningkatan angka yang signifikan ini menjadi tantangan bagi sistem kesehatan global, mendorong munculnya berbagai penelitian dan pendekatan manajemen yang lebih efektif dan holistik.

Dalam beberapa tahun terakhir minat terhadap pengobatan komplementer dan alternatif (CAM) dalam manajemen diabetes meningkat.³ Salah satu metode CAM yang mendapat perhatian adalah bekam, sebuah teknik pengobatan tradisional yang telah digunakan selama ribuan tahun di berbagai budaya.^{4,5} Bekam melibatkan penerapan cangkir pada kulit untuk menciptakan tekanan negatif, dengan atau tanpa pengeluaran darah yang diyakini memiliki berbagai manfaat kesehatan termasuk potensi dalam mengontrol kadar gula darah.³

Terlepas dari fakta bahwa mekanisme pasti yang mempengaruhi kadar gula darah belum sepenuhnya diketahui, beberapa teori telah diajukan. Salah satunya adalah bahwa bekam dapat meningkatkan sirkulasi darah lokal, yang membantu dalam pembersihan fisiologis (*body's physiological clearance*).⁶ Studi yang dilakukan Soha et al. (2021) menunjukkan bahwa pasien yang menjalani latihan aerobik dikombinasikan dengan bekam basah memiliki persentase perbaikan HbA1c yang lebih baik dibandingkan pasien yang hanya menjalani latihan aerobik saja.⁷

Bekam adalah terapi serbaguna yang bermanfaat bagi kesehatan secara keseluruhan dan secara efektif mengatasi keluhan lokal dan sistemik. Penelitian menunjukkan bahwa bekam basah dapat bermanfaat untuk gangguan sistemik, termasuk kondisi yang berkaitan dengan obesitas, hipertensi, penyakit autoimun dan inflamasi, diabetes melitus, gangguan kejiwaan, infeksi sistemik, dan kondisi kulit.⁸

Makalah ini bertujuan untuk memberikan ulasan tentang bukti ilmiah mengenai pengaruh bekam terhadap kadar gula darah. Dengan memahami potensi dan keterbatasan bekam sebagai terapi komplementer untuk diabetes, kita dapat lebih baik dalam mengintegrasikan pendekatan holistik ini ke dalam strategi manajemen diabetes yang komprehensif.

2. PEMBAHASAN

2.1 SEJARAH DAN LATAR BELAKANG BEKAM

Bekam yang juga dikenal sebagai "*cupping therapy*" dalam bahasa Inggris, memiliki sejarah panjang yang melintasi berbagai peradaban kuno. Praktik ini dapat ditelusuri kembali hingga setidaknya 3000 tahun yang lalu, dengan bukti penggunaannya ditemukan di Mesir Kuno, Tiongkok, dan Timur Tengah.⁹ Bukti tertulis menunjukkan bahwa bekam digunakan sekitar 1550 SM untuk pengobatan. Papyrus Ebers, dokumen medis kuno, menyebutkan penggunaan alat seperti cangkir untuk mengeluarkan darah.⁴ Sementara itu, di dunia Barat, Hippocrates, yang dianggap sebagai bapak kedokteran modern, menggambarkan penggunaan bekam untuk berbagai kondisi medis.¹⁰

Dalam tradisi Islam, bekam (Al-hijamah) mendapat tempat khusus dalam pengobatan dengan beberapa hadits dan ayat al-Quran yang menyebutkan bahwa bekam adalah salah satu dari kesembuhan.¹¹ Menurut *Tradisional Chinese Medicine* (TCM), bekam digunakan untuk menyeimbangkan aliran *qi* (energi) dalam tubuh dan merawat berbagai kondisi kesehatan.⁴ Terapi bekam memiliki potensi besar dalam pengobatan alternatif dan dapat menjadi terapi komplementer yang efektif.

Seiring waktu, teknik bekam berkembang dan beradaptasi dengan kemajuan pengetahuan medis. Pada Abad Pertengahan, bekam menjadi praktik umum di Eropa, sering digunakan bersamaan dengan pengobatan lain.^{9,10} Saat ini, bekam mengalami peningkatan minat dari komunitas medis dan ilmiah. Penelitian modern berusaha untuk memahami mekanisme fisiologis di balik efek terapeutik yang diklaim, serta mengevaluasi efektivitasnya untuk berbagai kondisi kesehatan, termasuk manajemen diabetes.¹²

2.2 JENIS- JENIS BEKAM

Bekam, juga dikenal sebagai terapi cupping, adalah praktik pengobatan tradisional yang telah digunakan selama ribuan tahun di berbagai budaya.⁴ Secara umum, ada tiga jenis utama bekam yang dikenal: bekam kering, bekam basah, dan bekam api. Bekam kering melibatkan penggunaan cangkir yang ditempatkan pada kulit tanpa membuat sayatan, menciptakan efek vakum yang dipercaya dapat meningkatkan aliran darah dan energi.^{4,5}

Bekam basah, di sisi lain, melibatkan pembuatan sayatan kecil pada kulit sebelum cangkir ditempatkan. Metode ini bertujuan untuk mengeluarkan sejumlah kecil darah, yang diyakini dapat membantu menghilangkan toksin dari tubuh dan memperbaiki sirkulasi.¹³ Bekam basah umumnya dilakukan oleh praktisi yang terlatih dan berpengalaman karena melibatkan prosedur invasif.⁴

Jenis ketiga, bekam api, menggunakan api untuk menciptakan vakum di dalam cangkir sebelum ditempatkan pada kulit. Teknik ini menciptakan efek panas yang dipercaya dapat meningkatkan efektivitas terapi.¹³ Meskipun kurang umum dibandingkan dengan bekam kering atau basah, bekam api masih digunakan dalam beberapa praktik pengobatan tradisional.

Selain ketiga jenis utama ini, ada juga variasi lain dalam praktik bekam yang mungkin mencakup penggunaan alat dan teknik modern. Masing-masing jenis ini memiliki kelebihan dan kekurangan, serta memerlukan keterampilan khusus dari praktisi untuk dilakukan dengan aman dan efektif. Pemilihan jenis terapi bekam yang tepat sering kali bergantung pada kondisi kesehatan individu dan tujuan pengobatan yang ingin dicapai.

2.3 PRINSIP DASAR DAN MEKANISME BEKAM

Prinsip dasar bekam berakar pada keyakinan bahwa dengan menciptakan vakum pada permukaan kulit, dapat terjadi perubahan positif dalam aliran darah dan energi tubuh. Teori di balik bekam menyatakan bahwa prosedur ini dapat membantu mengeluarkan "darah stasis" atau toksin dari tubuh, sehingga meningkatkan sirkulasi dan mempromosikan penyembuhan.¹³

Mekanisme bekam dimulai dengan persiapan area yang akan dirawat. Praktisi akan membersihkan kulit dan memilih titik-titik tertentu berdasarkan keluhan pasien atau peta meridian dalam pengobatan tradisional. Cangkir bekam yang biasanya terbuat dari kaca, plastik, atau silikon, kemudian ditempatkan pada kulit. Vakum diciptakan di dalam cangkir, baik melalui penggunaan pompa mekanis, pemanasan udara di dalam cangkir (bekam api), atau metode lainnya.⁵

Efek vakum ini menyebabkan kulit dan jaringan di bawahnya tertarik ke dalam cangkir. Proses ini menghasilkan peningkatan aliran darah ke area tersebut, yang ditandai dengan perubahan warna kulit menjadi kemerahan atau keunguan. Peningkatan aliran darah ini diyakini dapat membantu menghilangkan stagnasi, meningkatkan sirkulasi mikro, dan mempromosikan penyembuhan jaringan.¹⁴

Dalam kasus bekam basah, praktisi akan membuat sayatan kecil pada kulit sebelum menempatkan cangkir. Tujuannya adalah untuk mengeluarkan sejumlah kecil darah, yang diyakini dapat membantu menghilangkan toksin atau zat berbahaya dari tubuh.¹⁴ Bekam basah masih dipraktikkan di beberapa tradisi pengobatan, namun bekam kering (tanpa sayatan) lebih umum digunakan saat ini karena dianggap lebih aman dan kurang invasif.

Durasi perawatan bekam bervariasi, tetapi biasanya cangkir dibiarkan di tempat selama 5-15 menit. Selama waktu ini, pasien mungkin merasakan sensasi tarikan atau tekanan pada area yang dibekam. Setelah cangkir dilepaskan, area yang dibekam mungkin terlihat memar atau bengkak selama beberapa hari, yang dianggap sebagai bagian normal dari proses penyembuhan.^{13,14}

Meskipun bekam telah digunakan selama berabad-abad dan banyak orang merasakan manfaat dari praktik ini, penting untuk dicatat bahwa penelitian ilmiah modern tentang efektivitasnya masih terbatas. Beberapa studi telah menunjukkan potensi manfaat bekam untuk kondisi tertentu seperti nyeri kronis, tetapi diperlukan lebih banyak penelitian untuk sepenuhnya memahami mekanisme kerja dan efektivitasnya.⁶ Seperti halnya dengan semua bentuk pengobatan alternatif, disarankan untuk berkonsultasi dengan penyedia layanan kesehatan yang berkualifikasi sebelum menjalani terapi bekam.

Bekam dapat digunakan untuk penyakit yang bersifat lokal maupun sistemik. Bekam tidak dapat dilakukan secara langsung di atas pembuluh darah vena dan arteri, saraf, pada kulit yang meradang, rongga pada tubuh (telinga, hidung), mata, kelenjar getah bening, luka terbuka, patah tulang, luka bakar dan trombosis vena dalam.¹⁵

Penyakit yang menjadi kontraindikasi bekam dapat dikelompokkan menjadi kontraindikasi absolut dan kontraindikasi relatif.^{15,16} Kontraindikasi absolut terjadi ketika tidak ada informasi yang cukup tentang bekam terhadap penyakit tersebut.^{15,16} Kontraindikasi terapi bekam relatif termasuk infeksi akut, menggunakan antikoagulan, penyakit kronis yang parah (seperti penyakit jantung), kehamilan, nifas, menstruasi, anemia, sesi bekam basah dalam waktu dekat, donor darah dalam waktu dekat, keadaan darurat medis, dan penolakan pasien terhadap prosedur ini.¹⁶

2.4 BEKAM DAN DIABETES: TINJAUAN LITERATUR

Bekam dipercaya dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Beberapa studi telah dilakukan untuk membuktikan teori tersebut, berdasarkan efek kerja bekam yang dapat meningkatkan aliran darah dan membantu pembersihan fisiologis.⁷ Daya hisap yang kuat pada proses bekam berperan dalam mengeluarkan zat sisa metabolisme dan meningkatkan sensitivitas reseptor insulin, yang akan membantu menurunkan kadar gula.¹²

Studi yang dilakukan oleh Soha, et al (2021) membuktikan bahwa kadar HbA1C pada pasien Diabetes tipe II yang menjalankan olahraga aerob yang dikombinasikan dengan bekam basah mengalami perbaikan persentase HbA1C yang lebih baik daripada yang tidak menjalani terapi bekam.⁷ Hasil yang sejalan juga didapatkan pada penelitian Heshu et al (2020) yang menyimpulkan bahwa terapi bekam basah bermanfaat sebagai pengobatan profilaksis dan/atau komplementer untuk hiperlipidemia, hiperglikemia, dan hipertensi serta untuk pencegahan dan pengendalian diabetes mellitus dan penyakit ginjal, sehingga dapat mengurangi sakit kepala, nyeri dada dan nyeri otot.¹⁷

Husain et al (2019) melakukan percobaan untuk melihat manfaat dari bekam basah terhadap gula darah puasa, fungsi ginjal, tekanan darah sistol, dan von Willebrand Factor. Hasil yang didapatkan pada percobaan ini ialah perbaikan signifikan pada parameter gula darah puasa, fungsi ginjal, dan *von Willebrand Factor*. Penelitian ini memberikan dukungan awal bahwa terapi bekam basah yang konsisten dapat meningkatkan status kesehatan tubuh dan dapat dijadikan pengobatan komplementer yang efektif dalam pencegahan penyakit.⁶

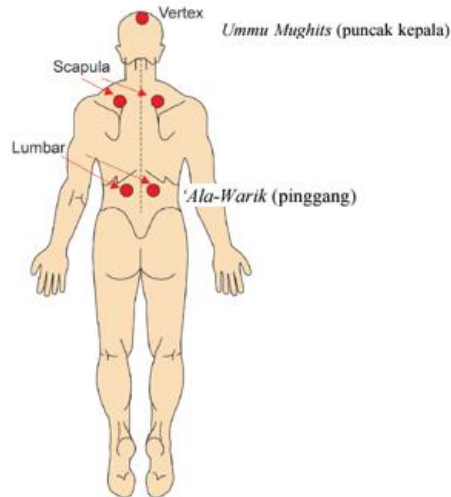
2.5 EFEK FISIOLOGIS BEKAM TERHADAP KADAR GULA DARAH

Efek fisiologis bekam terhadap kadar gula darah telah menjadi subjek penelitian dalam beberapa tahun terakhir. Meskipun mekanisme pastinya masih belum sepenuhnya dipahami, beberapa studi telah menunjukkan potensi bekam dalam mempengaruhi kadar gula darah pada pasien, terutama mereka yang menderita diabetes melitus tipe 2.¹⁸ Salah satu teori mengenai bagaimana bekam dapat mempengaruhi kadar gula darah berkaitan dengan peningkatan

sirkulasi darah lokal yang dihasilkan oleh prosedur ini. Ketika cangkir bekam ditempatkan pada kulit dan suasana vakum diciptakan, terjadi vasodilatasi atau pelebaran pembuluh darah di area tersebut. Peningkatan aliran darah ini dapat membantu meningkatkan physiological clearance.⁶

Daya hisap yang kuat pada proses bekam berperan dalam mengeluarkan zat sisa metabolisme usus dari sirkulasi portal di hati untuk meningkatkan proses metabolisme di hati dan menurunkan kadar gula. Proses ini melepaskan berbagai asam (heksosamin) dari otot dan jaringan di bawah kulit, sehingga membuka jalan bagi insulin untuk menempel pada reseptornya dan meningkatkan sensitivitas reseptor insulin.¹² Bekam berperan merangsang sirkulasi darah di otot, sehingga metabolisme nutrisi dan meningkatkan konsumsi glukosa oleh otot. Sensitivitas reseptor insulin akan meningkat, yang akan membantu menurunkan kadar gula.¹²

Bekam juga dapat mengontrol produksi insulin (hiperinsulinisme), yang terjadi pada penderita diabetes tipe 1 dan menyebabkan kelebihan insulin (hiperinsulinisme) seperti yang terjadi pada penderita diabetes tipe 2. Sirkulasi darah di pankreas dan mempengaruhi pengontrolan kadar insulin. Efek dari bekam yang dimaksud adalah bekam berperan dalam menstimulasi sirkulasi darah dan memasok nutrisi ke sel beta di pancreas, sehingga dapat mengontrol produksi insulin.¹² Titik- titik bekam yang digunakan dalam mengontrol diabetes umumnya terdapat di 5 titik yaitu puncak kepala, scapula, dan pundak.



Gambar 1. Titik poin Bekam terhadap Diabetes⁶

Saat merawat pasien diabetes, risiko terbesar adalah kemungkinan syok hipoglikemik, suatu kondisi di mana gula darah turun di bawah tingkat yang diperlukan, yang berpotensi menyebabkan koma diabetes atau bahkan kematian.¹ Ketika kadar gula darah tidak dikelola dengan tepat, ada peningkatan risiko infeksi serta kemampuan penyembuhan yang lebih rendah.¹ Dalam kedua kasus tersebut, sangat penting bagi praktisi yang merawat pasien untuk memiliki pemahaman yang kuat tentang fisiologi medis, termasuk pemahaman tentang

bagaimana diabetes dan terapi bekam basah dapat mempengaruhi tubuh pasien mengingat praktik bekam basah yang melibatkan perlukaan pada kulit pasien.

3. KESIMPULAN

Pengobatan bekam, sebagai salah satu metode terapi komplementer, menunjukkan potensi dalam mengelola kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Berdasarkan literatur, mekanisme kerja bekam melibatkan peningkatan sirkulasi darah dan sensitivitas reseptor insulin, yang dapat membantu menurunkan kadar gula darah. Studi menunjukkan bahwa kombinasi terapi bekam dengan latihan fisik dapat memberikan hasil yang lebih baik dalam pengelolaan diabetes, terutama pada pasien dengan diabetes tipe 2.

Pengobatan bekam menunjukkan potensi dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus, terutama melalui peningkatan pengeluaran toksin tubuh serta meningkatkan sirkulasi darah dan nutrisi ke pankreas. Meskipun bukti awal menunjukkan manfaatnya, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami mekanisme dan efektivitas bekam secara menyeluruh. Penelitian tambahan akan membantu mengevaluasi efek jangka panjang serta keamanan terapi ini.

REFERENSI

1. (15) (PDF) Diabetes mellitus: An Overview [Internet]. [cited 2024 Aug 31]. Available from: https://www.researchgate.net/publication/327566268_Diabetes_mellitus_An_Overview
2. Diabetes Facts and Figures | International Diabetes Federation [Internet]. [cited 2024 Aug 31]. Available from: <https://idf.org/about-diabetes/diabetes-facts-figures/>
3. Setiyorini E, Qomaruddin MB, Wibisono S, Juwariah T, Setyowati A, Wulandari NA, et al. Complementary and alternative medicine for glycemic control of diabetes mellitus: A systematic review. *J Public Health Res* [Internet]. 2022 Jul 1 [cited 2024 Aug 31];11(3). Available from: </pmc/articles/PMC9335474/>
4. Qureshi N, Alkhamees O, Alsanad S. Cupping Therapy (Al-Hijamah) Points: A Powerful Standardization Tool for Cupping Procedures? *Journal of Complementary and Alternative Medical Research*. 2018 Feb 1;4(3):1-13.
5. (15) (PDF) Hijama/Cupping Therapy details [Internet]. [cited 2024 Aug 31]. Available from: https://www.researchgate.net/publication/364118696_HijamaCupping_Therapy_details
6. Husain NRN, Hairon SM, Zain RM, Bakar M, Bee TG, Ismail MS. The effects of wet cupping therapy on fasting blood sugar, renal function parameters, and endothelial function: A single-arm intervention study. *Oman Med J*. 2020 Mar 1;35(2).

7. Mohamad SA, El Saied AA, Obaya HE, Mossa MM. Effect of Cupping Therapy on Blood Glucose Level in Type I Diabetic Women [Internet]. Vol. 89, Cairo Univ. 2021. Available from: www.medicaljournalofcairouniversity.net
8. Cupping Therapy - StatPearls - NCBI Bookshelf [Internet]. [cited 2024 Sep 26]. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538253/>
9. (15) (PDF) History of cupping (Hijama): a narrative review of literature [Internet]. [cited 2024 Aug 31]. Available from: https://www.researchgate.net/publication/322700345_History_of_cupping_Hijama_a_narrative_review_of_literature
10. Mehta P, Dhapte V. Cupping therapy: A prudent remedy for a plethora of medical ailments. *J Tradit Complement Med* [Internet]. 2015 Jul 1 [cited 2024 Aug 31];5(3):127. Available from: [/pmc/articles/PMC4488563/](http://pmc/articles/PMC4488563/)
11. Hidayat H, Amiruddin M, Aktifa AF, Haryadi MC, Azzahra N. Terapi Bekam (Hijamah) dalam Perspektif Islam dan Medis. *Proceedings of International Pharmacy Ulul Albab Conference and Seminar (PLANAR)*. 2022 Dec 5;2:77.
12. View of Cupping Therapy Benefit in Glucose Blood Level [Internet]. [cited 2024 Aug 31]. Available from: <https://hmpublisher.com/index.php/arkus/article/view/96/96>
13. (16) (PDF) Cupping Therapy: An Ancient Alternative Medicine [Internet]. [cited 2024 Sep 1]. Available from: https://www.researchgate.net/publication/331325876_Cupping_Therapy_An_Ancient_Alternative_Medicine
14. Al-Bedah AMN, Elsubai IS, Qureshi NA, Aboushanab TS, Ali GIM, El-Olemy AT, et al. The medical perspective of cupping therapy: Effects and mechanisms of action. *J Tradit Complement Med* [Internet]. 2019 Apr 1 [cited 2024 Sep 1];9(2):90. Available from: [/pmc/articles/PMC6435947/](http://pmc/articles/PMC6435947/)
15. Fauzi Tanjung Q, Ishadi H. The Medical Perspective of Dry Cupping and Wet Cupping: Effects and mechanisms of action [Internet]. Vol. 1, *Journal of Society Medicine*. 2022. Available from: <https://www.coinreads.com/terms.php>
16. Aboushanab TS, AlSanad S. Cupping Therapy: An Overview from a Modern Medicine Perspective. Vol. 11, *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*. Korean Pharmacopuncture Institute; 2018. p. 83–7.
17. Rahman HS, Ahmad GA, Mustapha B, Al-Rawi HA, Hussein RH, Amin K, et al. Wet cupping therapy ameliorates pain in patients with hyperlipidemia, hypertension, and diabetes: A controlled clinical study. *International Journal of Surgery Open*. 2020 Jan 1;26:10–5.
18. Al-Noumany SK, Abd El-Hady AA, Basant ;, El-Refay H, Helmy MM. Effect of Cupping Therapy on Glycemic Control in Type II Diabetic Patients [Internet]. Vol. 86, Cairo Univ. 2018. Available from: www.medicaljournalofcairouniversity.net