JURNAL DHARMA PENDIDIKAN DAN KEOLAHRAGAAN
Vol. 2 No. 2 (2022)
E-ISSN: 2808-1161
https://ejournal.unib.ac.id/index.php/dharmapendidikan

Pemberdayaan Karang Taruna Melalui Pelatihan Bekam Menuju Samarinda Sehat di Kelurahan Sidodadi, Kecamatan Samarinda Ulu

Januar Abdilah Santoso[1]*, Nanda Alfian Mahardhika[2], Jeane Betty Kurnia Jusuf[3], Julianur[4], Galih Priyambada[5]

[1,2,3,4,5]Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan , Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Jl Juanda No. 15, Samarinda, Kalimantan Timur
Email koresponding: jas970@umkt.ac.id

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan upaya untuk meningkatan derajat kesehatan dan perbaikan kesejahteraan masyarakat. Dengan pelatihan keterampilan dan enterpreneurship khususnya bagi remaja karangtaruna diharapkan dapat mengaplikasikan keterampilan bekam untuk menjaga kesehatan keluarga dan dapat digunakan untuk mencari penghasilan tambahan. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah: (1) Sebagai sarana penyuluhan, pendidikan dan pelatihan kesehatan masyarakat, (2) Sebagai sarana peningkat kualitas berwirausaha masyarakat. Lokasi kegiatan di wilayah kecamatan Samarinda Ulu, Samarinda. Peserta pelatihan sebanyak 10 orang untuk meminimalisir terlalu banyak berkumpulnya orang. Metode pelatihan meliputi teori dan praktik bekam serta bekal berwirausaha. Bekam merupakan metode pengobatan alternatif alami yang praktis, mudah dan aman dilakukan serta murah. Hasil akhir yang telah dicapai dari kegiatan ini adalah meningkatknya pemahaman tentang upaya peningkatan kesehatan yang optimal, meningkatnya keterampilan bekam dan meningkatnya peluang serta daya saing usaha masyarakat berbekal keterampilan bekam.
Kata kunci: Bekam, pengabdian kepada masyarakat, enterpreneur, peluang usaha.

Abstract

This community service activity is an effort to improve the health status and improve the welfare of the community. With skills training and entrepreneurship, especially for youth youth, it is hoped that they can apply cupping skills to maintain family health and can be used to earn additional income. The objectives of this community service activity are: (1) As a means of public health counseling, education and training, (2) As a means of improving the quality of community entrepreneurship. The location of the activity is in the Samarinda Ulu sub-district, Samarinda. The training participants were 10 people to minimize the gathering of too many people. The training methods include cupping theory and practice as well as entrepreneurship provisions. Cupping is a method of natural alternative medicine that is practical, easy and safe to do and inexpensive. The final result that has been achieved from this activity is an increased understanding of efforts to improve optimal health, increased cupping skills and increased opportunities and competitiveness of community businesses armed with cupping skills.
Keywords: *Cupping, community service, entrepreneur, business opportunity.*

PENDAHULUAN

Pada situasi pandemi Covid-19 kesehatan tubuh sangatlah penting untuk dijaga. Untuk menjaga kesehatan tubuh dapat menerapkan berbagai cara seperti berolahraga, konsumsi makanan sehat dan menerapkan metode pengobatan sesuai kebutuhan. Ada banyak metode pengobatan didunia saat ini namun dapat di kelompokkan menjadi dua metode yaitu metode pengobatan medis dan metode

pengobatan alternatif. Bekam merupakan metode pengobatan alternatif alamiah yang memiliki manfaat untuk menjaga kesehatan dan mampu menyembuhkan penyakit. Bekam sudah dikenal sejak lama, bahkan bebrapa sumber menyebutkan bekam sudah ada 4000 tahu yang lalu. Metode pengobatan bekam sekarang ini mulai dikenal luas dan dipraktikkan oleh berbagai kalangan. Bahkan bekam juga dipraktikkan oleh atlet olahraga professional seperti Michael Pelp perenang asal Amerika peraih delapan medali emas Olimpiade Rio De Janeiro, Brazil. Tidak diragukan lagi metode pengobatan bekam tidak hanya digunakan sebagai sarana menjaga kesehatan tetapi juga dapat digunakan untuk mendukung pencapaian prestasi. Pada pengobatan moderen metode terapi oksidan juga digunakan untuk mengobati berbagai penyakit seperti penyakit kardiovaskuler, asma, alergi, kanker dan penyakit tulang (Santosa & Baharuddin, 2020). Kelebihan metode terapi oksidan adalah tidak menimbulkan efek samping yang negatif dikarenakan tidak menggunakan obat-obatan kimia.

Penduduk indonesia dengan mayoritas muslim yang berpedoman pada Al-Quran dan Hadist percaya apapun yang tercantum didalamnya merupakan petunjuk yang harus diikuti. Hadist yang merupakan cerminan dari kebiasaan hidup Rasulullah SAW merupakan petunjuk nyata yang tentunya akan diikuti oleh umat muslim dalam kehidupan sehari-hari. Didalam hadist Rasullullah SAW menyampaikan, yang artinya "sesungguhnya cara pengobatan yang paling ideal yang kalian pergunakan adalah hijamah (bekam)", (Sahih Bukhari dan Muslim). Penerapan bekam yang merupakan sunah bagi umat muslim memiliki beberapa keuntungan yaitu keuntungan mendapatkan kesehatan dan mendapatkan pahala disisi Allah SWT karena menjalankan sunah (Fauzan Fauzan, 2017). Kepopuleran bekam sebagai pengobatan alternatif alami memiliki peluang yang baik untuk dikembangkan oleh masyarakat sebagai metode pengobatan maupun untuk meningkatkan kesejahteraan.

Dewasa ini tingkat kebugaran jasmani sebagai indikator tingkat kesehatan dilingkungan masyarakat secara umum mengalami penurunan dimasa pandemi covid-19. Kebugaran jasmani dapat menjadi bekal dasar masyarakat untuk dapat menjalani aktivitas dengan optimal (Santoso et al., 2022). Namun demikian kebugaran jasmani yang terbentuk merupakan hasil dari tingkat pemahaman individu terkait pentingnya aktivitas fisik (Sari, 2022). Disisi lain motivasi juga berperan penting terhadap proses aktivitas fisik untuk meningkatkan sistem imunutas tubuh. Kebugaran jasmani dan imunitas tubuh berpengaruh terhadap kesejahteraan hidup masyarakat dimana salah satu faktor pendukung produktifitas kerja adalah kesehatan itu sendiri. Karang Taruna Kelurahan Sidodadi merupakan bagian dari masyarakat yang terdampak akan pandemi Covid-19 ini dimana para pemuda juga mengalami penurunan kualitas kesehatan dan masalah finansial. Kualitas kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor penting seperti gaya hidup sehat, pemenuhan gizi yang sesuai kebutuhan, kualitas istirahat yang baik dan terhindar dari gangguan kejiwaan.

Penurunan kualitas kesehatan masyarakat secara umum disebabkan oleh terbatasnya ruang gerak untuk melakukan aktivitas dan beban fikiran yang

mempengaruhi turunya imunitas tubuh seperti pendapatan usaha yang menurun drastis hingga harus dirumahkan oleh tempat dimana dia bekerja (Toriola, Monyeki, & Toriola, 2015). Hal tersebut dikuatkan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hery, bahwa terdapat hubungan antara kebugaran dengan tingkat stres, karyawan yang mempunyai kebugaran kurang memiliki resiko stres sedang sebesar 0,08 kali dibanding dengan kebugaran baik (Setiawan, Munawwarah, & Wibowo, 2021). Dari masalah-maslaah yang ada dapat dilihat bahwa masalah utama yang dihadapi oleh masyarakat umum adalah penurunan kesehatan dan keuangan. Untuk itu tim pengabdi mencoba memberikan solusi dalam rangka meningkatkan kualitas kesehatan dengan berbekam, memberikan pilihan untuk membuka usaha baru dengan keterampilan membekam dan membimbing masyarakat untuk mengembangkan jiwa kewirausahaanya dengan mempromosikan jasa bekam melalui sosial media secara gratis.

Strategi kegiatan yang dilaksanakan pada pengabdian masyarakat ini ialah melalui kegiatan pelatihan dan workshop yang diberikan kepada masyarakat. Materi yang akan disampaikan terkait penyakit-penyakit degeneratif, prosedur pelaksanaan bekam, medical interpreuner, dan promosi garis melalui sosial media yang didapat dari hasil-hasil penelitian sebelumnya.

Tujuan yang ingin dicapai dalam pengbdian ini adalah:

1) Meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (masyarakat mendapatkan pengetahuan tentang penyakit degeneratif dan solusi pencegahanya)
2) Meningkatkan keterampilan membekam (masyarakat mendapatkan keterampilan dalam membekam)
1) Meningkatkan jiwa enterpreuner (masyarakat mendapatkan keterampilan dalam memulai dan mengelola usaha layanan bekam)
2) Meningkatkan kemampuan promosi melalui sosial media (masyarakat mendapatkan kemampuan untuk dapat mempromosikan usahanya melalui sosial media).

METODE

Pada kegiatan pengabdian ini tim akan melakukan kegiatan dengan metode pelatihan yang akan dilaksakanan dengan 4 tahapan. Yaitu: (1) Mencari data awal pengetahuan peserta pelatihan mengenai bekam menggunakan kuisioner, (2) Pemberian materi (penyakit degeneratif, sejarah bekam, pengertian bekam, jenis bekam, pentingnya bekam, landasan hadist tentang bekam, beberapa hal yang harus diperhatikan saat berbekam, penentuan titik bekam, waktu-waktu tertentu saat bekam, materi kewirausahaan, materi pemanfaatan sosial media), (3) Praktik bekam, (4) Evaluasi kegiatan (Santoso[1], Alamanda[2], Rahmawati[3], Muhammadiyah, & Timur, 2019).

Tahap Awal Kegiatan Pengabdian

Survey tdilakukan pada tahap awal kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk mengetahui kondisi peserta. Survey digunakan untuk mengetahui kondisi awal peserta apakah peserta sudah memiliki pengetahuan tentang ilmu bekam, kesehatan ataupun dunia usaha, sehingga tim pengabdi dapat merencanakan dan menyusun materi yang sesuai dengan kebutuhan peserta pelatihan. Dibawah ini merupakan data awal mitra, lokasi pengabdian dan jadwal pengabdian.

1. Mitra Pengabdian : Pemuda Karang Taruna Kelurahan Sidodadi
2. Jumlah Mitra : 10 Peserta laki-laki
3. Lokasi Pelatihan : Gedung F Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
4. Jadwal Pelatihan : 15 Juni tahun 2022
5. Waktu Pelatihan : - Teori 7 x 30 menit = 210 menit
   - Praktik 120 menit

Survey Lapangan

Survey lapangan dan diskusi dengan pemuda karang taruna Kelurahan Sidodadi, kecamatan Samarinda Ulu tentang strategi meningkatkan kualitas dan kesejahteraan hidup melalui peningkatan derajat kesehatan jasmani dan pencegahan melalui terapi bekam. Didalam siskusi juga dibahas tentang strategi yang akan dilakukan untuk mewujudkan harapan pemuda karang taruna seperti mengadakan workshop/pelatihan bekam, workshop tentang pemberian layanan yang baik atau *service excelent* demi mendapat kepercayaan masyarakat dan kelangsungan usaha jasa bekam dan workshop penggunaan sosial media sebagai sarana pengoptimalan promosi jasa kursus renang.

Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada bulan Mei hingga bulan Agustus tahun 2022 selama empat bulan dari proses perencanaan hingga pelaporan. Kemudian Kegiatan pelatihan itu sendiri dilaksanakan selama satu hari penuh dengan dibagi menjadi dua sesi. Sesi 1 adalah kegiatan pemberian teori sebagai dasar keterampilan bekam dan manajemen pengelolaan usaha dan pada sesi 2 peserta melakukan praktik bekam secara langsung dengan metode berpasangan.

Dalam kegiatan pelatihan, kegiatan sesi 1 difokuskan untuk memberikan materi bekal untuk diaplikasikan di lapangan menggunakan media Power Point. Kemudian kegiatan sesi 2 praktik bekam merupakan kegiatan menerapkan materi yang telah didapat pada sesi sebelumnya. Model yang digunakan dalam pelatihan meliputi:

1. Ceramah, digunakan untuk memaparkan materi-materi untuk meningkatkan kompetensi para pelaku usaha kursus renang
2. Tanya jawab, digunakan untuk mengetahui sejauh mana materi-materi yang telah disampaikan oleh pelatih dapat diserap/dipahami oleh peserta pelatihan.

3. Simulasi/Praktik lapangan, digunakan untuk melihat sejauh mana peserta pelatihan mampu menyerap materi dan mengaplikasikan kedalam kegiatan pelayanan yang sesungguhnya di lapangan.
4. Survei dan evaluasi Pre-test dan Post Test digunakan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan.

Adapun kegiatan evaluasi yang dilakukan oleh tim adalah:

1. Pelaksanaan Evaluasi
   Pelaksanaan kegiatan evaluasi akan dilakukan langsung oleh tim IuM pada minggu ke 4 setelah mendapatkan pelatihan. Bentuk evaluasi berupa peninjauan langsung kegiatan usaha, rekapitulasi jumlah *customer* dan rekapitulasi pendapatan bulanan.
2. Waktu Pelaksanaan
   Pelaksanaan evaluasi dilaksanakan menyesuaikan jadwal kegiatan yang dimiliki tiap alumni pelatihan pada bulan Agustus tahun 2022.
3. Hasil evaluasi
   Membuat laporan kemajuan jumlah peserta yang mendapatkan pasien baru, peningkatan jumlah pasien terapis dan peningkatan *income* tiap peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pelatihan bekam dilaksanakan pada hari Sabtu 15 Juni 2022 dengan jumlah peserta sebanyak 10 orang. Jumlah peserta tidak sesuai apa yang telah di rencanakan sebelumnya dikarenakan beberapa faktor seperti pembatasan jumlah peserta, ketercukupan dana dan upaya meminimalisir penularan Covid-19. Kegiatan pelatihan terlaksana dengan baik dan lancar sesuai dengan susunan acara yang telah dibuat sebelumnya, rekap hasil pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Kegiatan yang Telah Terlaksana

No.	Kegiatan/Materi	Waktu	Keterangan
1.	Penyakit Degeneratif	09.30 - 10.00	Terlaksana
2.	Aqidah dalam pengobatan	10.00 - 10.30	Terlaksana
3.	Perlengkapan Bekam	10.30 - 11.00	Terlaksana
4.	Larangan dalam Bekam	11.00 - 11.30	Terlaksana
5.	Anatomi dan Titik Bekam	11.30 - 12.00	Terlaksana
6.	*Service Excellent*	13.00 - 13.30	Terlaksana
7.	Pemasaran Via Online	13.30 - 14.00	Terlaksana
8.	Praktik Bekam	14.00 - 16.00	Terlaksana
9.	Evaluasi Kegiatan	Pasca Pelatihan	Terlaksana

Sumber: Dokumen PKM Januar Tahun 2022 (laporan keterlaksanaan kegiatan PKM bekam)

1. Materi Penyakit Degeneratif

Materi pertama adalah tentang penyakit degeneratif yang sekarang ini menjadi momok terbesar yang menghantui masyarakat. Studi di Taiwan menyebutkan bahwa 10%-60% orang dengan kondisi obesitas terancam resiko penurunan kualitas kerdiorespiratori (Monyeki et al., 2005)(Lin, Lee, Lee, & Ho, 2020). Calon pembekam wajib mengetahui bahwa penyakit degeneratif merupakan penyakit yang tidak hanya disebabkan oleh faktor usia namun juga disebabkan karena pola hidup yang kurang baik. Sebagai terapis wajib mengetahui dasar mengapa penyakit degeneratif ini muncul dan apa saja solusi yang dapat digunakan untuk mencegah maupun mengobati. Pada materi yang pertama sebelumnya diberikan pretest untuk mengetahui kemampuan awal peserta dan post test untuk mengetahui peningkatan pengetahuan setelah diberikanya materi oleh narasumber. Disini terlihat peningkatan hasil dimana pada pretest rata-rata peserta mendapatkan skor 55, sedangkan rata-rata post test adalah 80. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang penyekit degeneratif sebesar 25 poin. Data rinci rekapitulasi hasil pengerjaan peserta pelatihan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Rekapitulasi Nilai Materi 1

No.	Pertanyaan	Pre-Test	Post-Test	Peningkatan
1.	Apa yang dimaksud dengan Penyakit degeneratif?	11	17	6
2.	Faktor penyebab penyakit degeneratif adalah?	11	19	5
3.	Contoh penyakit degeneratif adalah?	12	19	3
4.	Bagaimana langkah pencegahan terhadap penyakit degeneratif?	10	16	6
5.	Berikan contoh aktivitas pendukung untuk mengurangi resiko terkena penyakit degeneratif!	11	16	5
	Total	**55**	**87**	**32**

Sumber: Dokumen PKM Januar Tahun 2022 (Hasil Pre-Test dan Post-Test Materi 1)

2. Materi Aqidah Dalam Pengobatan

Pemberian materi Aqidah Dalam Pengobatan ini bertujuan agar calon terapis memiliki pemahaman dalam pengambilan alternatif menggunakan bekam sebagai alat mendapatkan kesehatan. Cara pengobatan yang baik sesuai aqidah demi mencapai kesembuhan akan digolongkan kedalam cara pengobatan tibun nabawi. Sama halnya dengan cara pengobatan yang baik namun tidak sesuai aqidah maka

cara pengobatan tersebut tidak akan masuk kedalam golongan tibun nabawi. Hal ini di maksukan agar terapis benar-benar memahami bahwa pembekam dilarang membekam yang bukan mukhrimnya atau berlainan jenis kelamin, dimana hal tersebut akan keluar dari aqidah dalam pengobatan ini. Peningkatan pemahaman tentang aqidah dalam pengobatan ini cukup signifikan dari rata-rata pretest sebesar 40 dan post test sebesar 80 maka terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 40 poin, secara rinci dapat dilihat pada tabel 3. Dengan ini dapat disimpulkan bahwa narasumber berhasil menyampaikan materi dengan baik kepada peserta pelatihan.

3. Materi Perlengkapan Bekam

Pada materi ini dijelaskan apa saja alat-alat yang dibutuhkan dalam melakukan layanan bekam dan apa saja kegunaanya. Pada survey awal yang dilakukan tim pengabdi, kami mendapati bahwa peserta belum mengetahui alat-alat pendukung untuk melakukan pebekaman, hal ini dapat terlihat dari nilai post test rata-rata sebesar 50. Setelah mendapatkan materi mengenai perlengkapan bekam, pengetahuan peserta tentang alat-alat wajib maupun pendukung keamanan bagi pembekam dan pasien meningkat cukup pesat dengan hasil post test sebesar 90. Dengan ini terjadi peningkatan penguasaan materi tentang perlengkapan bekam sebesar 40 poin.

4. Materi Larangan Dalam Bekam

Larangan dalam bekam merupakan bekal yang harus dikuasai oleh calom terapis agar dilapangan nantinya dapat meminimalisir terjadinya insiden yang tidak di inginkan. Pemberian materi terlaksana dengan lancar dan mendapatkan peningkatan yang signifikan dari hasil pre-test sebesar 60 dan post test sebesar 95, dengan demikian terjadi peningkatan kemampuan sebesar 35 poin pada materi larangan dalam bekam.

5. Materi Anatomi dan Titik Bekam

Pada materi utama ini peserta diberikan pemahaman awal mengenai anatomi tubuh manusia dan titik bekam. Titik bekam wajib dikuasai sepenuhnya bagi calon terapis agar tidak terjadi insiden dalam penanganan dan dapat memberikan manfaat yang diinginkan oleh pasien. Pemahaman awal tentang titik bekam ini cukup baik dengan nilai rata-rata peserta sebesar 50. Setelah mendapatkan materi terjadi peningkatan sebesar 40 poin dengan hasil post test yang didapat oleh peserta sebesar 90. Rekapitulasi nilai hasil pre-test dan post-test dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Rekapitulasi Nilai Materi 5

No.	Pertanyaan	Pre-Test	Post-Test	Peningkatan
1.	Bagian apa saja yang tidak boleh dibekam?	10	18	8
2.	Istilah titik bekam umumughits berada pada	10	17	7

	bagian tubuh bagian mana?			
3.	Berapa jumlah titik yang harus dibekam pada proses pembekaman!	9	16	**9**
4.	Titik bekam yang dapat memberikan manfaat untuk menajamkan penglihatan dan menurunkan resiko terserang stroke terdapat pada bagian?	9	18	**9**
5.	Untuk dapat menstimulasi kesehatan reproduksi pria, bagian manakan yang menjadi titik pembekaman?	9	18	**9**
	Total	**47**	**87**	**40**

Sumber: Dokumen PKM Januar Tahun 2022 (Hasil Pre-Test dan Post-Test Materi 5)

6. Materi Manajemen Bekam Panggilan dan *Service Exellent*

Pemberian materi tentang manajemen bekam panggilan dan service *exellent* telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. Disini peserta diberikan bekal bagaimana mengelola usaha terapi bekam dengan metode panggilan atau sering disebut dengan terapi bekam home care. Dalam menjalankan usaha ini pastilah harus mengetahui biaya atau modal dasar serta biaya penanganan setiap pasien. Pada sesi ini peserta diberikan gambaran alat wajib yang harus dimiliki dan berapa modal usaha yang harus disiapkan. Disisi lain strategi dalam memberikan layanan juga diberikan sehingga ketika pembekam melakukan usahanya dapat memberikan pelayanan yang maksimal dan memuaskan. Pemahaman dasar tentang manajemen usaha dan service exellent kurang baik dimana terlihat dalam pretest nilai rata-rata sebesar 47, namun demikian setelah mendapatkan materi dari narasumber pemahaman peserta meningkat menjadi 87.

7. Materi Pemasaran Via Online

Aspek terpenting dalam usaha adalah bagaimana caranya agar masyarakat atau target usaha dapat mengenal dan mengetahui produk yang kita miliki. Salah satu cara agar usaha kita dapat dikenal masyarakat adalah dengan mempromosikan melalui media sosial seperti instagram. Instagram merupakan alat promosi yang sangat efektif untuk kalangan post-millenial (Siti Annisa Nur Zannah, 2016). Selain instagram, media sosial lain seperti facebook dan tiktok juga sangat digemari. Narasumber pada kegiatan pelatihan bekam memberikan strategi bagaimana dapat memaksimalkan media sosial sebagai sarana para pelaku usaha jasa layanan bekam mempromosikan layananya. Beberapa materi yang diberikan adalah cara mengelola akun media sosial sebagai branding jasa layanan bekam, membuat postingan yang menarik menggunakan aplikasi gratisan dan cara promosi berbayar dengan media sosial. Pada tabel 8 dapat

dilihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta pelatihan mengenai perlunya mempromosikan usaha melalui media sosial.

Tabel 8. Rekapitulasi Nilai Materi 7

No.	Pertanyaan	Pre-Test	Post-Test	Peningkatan
1.	Media promosi apakah yang optimal dan murah untuk mempromosikan usaha anda?	10	16	**8**
2.	Apa saja keunggulan mempromosikan usaha pada media sosial online?	8	17	**9**
3.	Apakah branding usaha perlu dilakukan dengan rutin? Apa alasanya?	8	18	**10**
4.	Apakah postingan sosial media dapat mempengaruhi sudut pandang sasaran usaha?	7	16	**9**
5.	Bagaimana cara mengelola promosi berbayar pada media sosial?	8	18	**10**
	Total	**41**	**85**	**44**

Sumber: Dokumen PKM Januar Tahun 2022 (Hasil Pre-Test dan Post-Test Materi 7)

8. Praktik Bekam

Praktik bekam mendapatkan porsi yang paling lama dikarenakan mempelajari sebuah keterampilan yang hubunganya dengan keselamatan individu lain harus dilakukan teliti. Pada praktik bekam diperkenalkan cara mempersiapkan ruangan, mempersiapkan peralatan dan sterilisasi alat, diagnosa pasien, perlakuan bekam kering, perlakukan bekam seluncur, perlakukan bekam api dan perlakukan bekam basah. Peserta dibagi kedalam lima kelompok agar dapat berpasangan. Masing-masing peserta mencoba membekam pasanganya selama satu jam dan saling mengevaluasi antara pembekam dan rekan yang dibekam. Peserta mencoba dua teknik bekam yaitu bekam kering (bekam tanpa di ambil darah, bekam seluncur dan bekam api) dan bekam basah (diambil darahnya). Titik yang direkomendasikan untuk di bekam adalah tujuh pasang titik utama dalam bekam dimulai dari 2 urat leher, 2 titik samping scapula, 2 titik paru-paru, 1 titik organ jantung, 1 titik organ hati, 2 pasang titik organ ginjal, 2 pasang titik pada pinggang dan 1 titik kesuburan diatas tulang sacrum. Semua peserta dievaluasi cara melakukan pembekaman mulai dari proses pengekopan awal, penusukan dengan lancet dan pembersihan darah sisa bekam.

Hasil evaluasi proses yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa semua peserta pelatihan dapat menerapkan prosedur pembekaman dengan baik dan

pada evaluasi hasil yang dilihat dari ketepatan titik bekam dapat disimpulkan bahwa peserta pelatihan telah menguasai keterampilan membekam dengan baik.

9. Evaluasi Pasca Kegiatan Pelatihan

Evaluasi pasca kegiatan pelatihan bertujuan untuk mengetahui perkembangan peserta pelatihan dalam menerapkan dan mengembangkan ilmu yang telah didapat dalam kegiatan pelatihan. Pada tabel 9 dapa dilihat hasil evaluasi tim pengabdi untuk melihat bagaimana perkembangan para peserta 2 minggu pasca kegiatan pelatihan. Ada beberapa peserta yang sudah mampu mendapatkan pasien diluar aggota keluarga dan mendapatkan keuntungan. Evaluasi murni digunakan untuk melihat perkembangan pasca pelatihan sehingga dapat dijadikan bahan perbaikan proses pada kegiatan selanjutnya (Magdalena, Fauzi, & Putri, 2020). Dari hasil wawancara ada beberapa pasien merupakan keluarga dan peserta pelatihan belum meminta imbalan jasa, ada pula yang belum menentukan tarif bekam sehingga pasien memberikan imbalan jasa secara suka rela. Disisi lain ada peserta yang sudah mematok jasa bekam dengan biaya sebesar Rp.100.000.

Tabel 9. Rekapitulasi Hasil Evaluasi Pasca Pelatihan

No.	Nama Peserta	Jumlah Pasien	Total Pendapatan
1.	Rizal Purnama Efendy	1	Rp.100.000
2.	Heru Seriawan	3	Rp.400.000
3.	Wiranto	2	Rp.250.000
4.	Risky Apriliyanto	2	Rp.200.000
5.	Muhammad Ibnu Alhabsy	1	Rp.50.000
6.	Yusuf Prakastyo	1	Rp.0
7.	Arsyanendra Arkatama	1	Rp.150.000
8.	Muhammad Ariyusron	3	Rp.300.000
9.	Bangkit Adi Kartono	1	Rp.0
10.	Riyan Laronza	2	Rp.200.000

Sumber: Dokumen PKM Januar Tahun 2022 (Hasil Survey Pendapatan Setelah Pelatihan Bekam)

Ringkasan Kondisi Mitra Setelah Mendapatkan Pelatihan Bekam

Berikut ini adalah ringksan hasil dari pengabdian yang telah dilakukan dan dapat kita lihat perkembangan yang dialami oleh mitra pelatihan yaitu anggota Karang Taruna kelurahan Sidodadi, Kecamatan Samarinda Ulu, Samarinda sebelum dan sesudah dilaksanakan pelatihan. Peningkatan kemampuan peserta baik secara teoritis dan praktik dapat dilihat pada tabel 10 dibawah ini:

Tabel 10. Hasil Pengabdian dan Luaran Yang Diperoleh

No.	Kegiatan/Materi	Keterangan	Hasil yang Didapat
1.	Penyakit Degeneratif	Terlaksana	Pengetahuan peserta meningkat dari nilai rata-rata 55 menjadi 87

2.	Aqidah dalam pengobatan	Terlaksana	Pengetahuan peserta meningkat dari nilai rata-rata 40 menjadi 80
3.	Perlengkapan Bekam	Terlaksana	Pengetahuan peserta meningkat dari nilai rata-rata 50 menjadi 90
4.	Larangan dalam Bekam	Terlaksana	Pengetahuan peserta meningkat dari nilai rata-rata 60 menjadi 95
5.	Anatomi dan Titik Bekam	Terlaksana	Pengetahuan peserta meningkat dari nilai rata-rata 47 menjadi 87
6.	Manajemen Bekam Panggilan dan *Service Excellent*	Terlaksana	Pengetahuan peserta meningkat dari nilai rata-rata 40 menjadi 85
7.	Pemasaran Via Online	Terlaksana	Pengetahuan peserta meningkat dari nilai rata-rata 40 menjadi 85
8.	Praktik Bekam	Terlaksana	Sebelumnya seluruh peserta belum memiliki keterampilan membekam, dan setelah pelaksanaan kegiatan semua peserta dapat menerapkan prosedur standar pembekaman serta menguasai teknik serta titik-titik bekam basah dengan baik
10.	Evaluasi Pasca Kegiatan Pelatihan	Terlaksana	Semua peserta telah mengaplikasikan ilmu bekam dilingkungan keluarga dan lingkunganya masing-masing dengan melakukan layanan bekam. Beberapa peserta telah mendapatkan hasil dengan melakukan layanan bekam. Layanan bekam yang dilakukan peserta memang belum sepenuhnya profesional, namun dilihat dari evaluasi pasca pelatihan data yang terlihat justru tergolong sangat baik perkembanganya.
11.	Pembentukan Kelompok Alumni Pelatihan Bekam	Terlaksana	Terbentuknya komunitas kecil pembekam daerah Sidodadi

Sumber: Dokumen PKM Januar Tahun 2022 (Ringkasan perkembangan kemampuan peserta pelatihan bekam)

SIMPULAN

Upaya pemberdayaan masyarakat dengan pelatihan bekam ini telah terlaksana denga baik dengan adanya peningkatan kemampuan pada setiap aspek baik dari segi pengetahuan peserta dan keterampilan mengelola usaha seta keterampilan melakukan pelayanan bekam. Hal tersebut dikarenakan strategi dan metode dalam pelaksanaan disesuaikan dengan kebutuhan peserta pelatihan, sehingga sesuai dengan karekteristik dan kebutuhan.

Dampak dan manfaat setelah dilaksanakanya kegiatan pelatihan ini telah terlihat dengan jelas dari hasil evaluasi pasca kegiatan, dengan diperolehnya pasien /*costumer* yang dilayani oleh peserta pelatihan menjadi tanda peserta telah dapat menjalankan usahanya secara mandiri untuk mendapatkan penghasilan.

Selanjutnya tim pengabdi akan mengadakan pelatihan bekam di daerah-daerah lain dengan menambah keterampilan seperti massage kebugaran dan cedera olahraga agar peserta mempunyai keterampilan pendukung yang memiliki daya saing. Dengan adanya pelatihan di daerah-daerah yang akhirnya memiliki komunitas bekam akan mempermudah tim pengabdi untuk ikut mewududkan cita-cita kami yaitu menuju Samarinda Sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada Karang Taruna Kelurahan Sidodadi, Kecamatan Samarinda Ulu yang telah berkenan untuk mengikuti pelatihan dan kepada Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah mendukung dengan menyiapkan pembiayaan dan fasilitas kepada pengabdi dan Mitra.

DAFTAR PUSTAKA

Fauzan Fauzan. (2017). Dualisme Hadis Tentang Bekam. *Al-Dzikra*, *XI*(1), 1–34. Retrieved from http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/al-dzikra/article/view/1812/1485

Lin, Y. T., Lee, P. F., Lee, T. S., & Ho, C. C. (2020). Poor physical fitness performance as a predictor of general adiposity in taiwanese adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(8). https://doi.org/10.3390/IJERPH17082686

Magdalena, I., Fauzi, H. N., & Putri, R. (2020). Pentingnya evaluasi dalam pembelajaran dan akibat memanipulasinya. *Jurnal Pendidikan Dan Sains*, *2*(2), 244–257. Retrieved from https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/bintang

Monyeki, M. A., Koppes, L. L. J., Kemper, H. C. G., Monyeki, K. D., Toriola, A. L., Pienaar, A. E., & Twisk, J. W. R. (2005). Body composition and physical fitness of undernourished South African rural primary school children. *European Journal of Clinical Nutrition*, *59*(7), 877–883. https://doi.org/10.1038/sj.ejcn.1602153

Santosa, W. N., & Baharuddin, B. (2020). Penyakit Jantung Koroner dan Antioksidan. *KELUWIH: Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, *1*(2), 98–103. https://doi.org/10.24123/kesdok.v1i2.2566

Santoso, J. A., Olahraga, P., Keguruan, F., Pendidikan, I., Muhammadiyah, U., Timur,

K., … Ngawi, M. (2022). Peran Penjas Dalam Implementasi Program Full Day School (FDS) Dilihat Dari Tingkat Kehadiran dan Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pendidikan Modern*, *7*(2), 60–66. https://doi.org/10.37471/JPM.V7I2.384

Santoso[1], J. A., Alamanda[2], K. P., Rahmawati[3], Y., Muhammadiyah, U., & Timur, K. (2019). Sport Enterpreneur: Usaha Kursus Renang Mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. *Jurnal Pesut : Pengabdian Untuk Kesejahteraan Umat*, *1*(2), 73–83. https://doi.org/10.30650/JP.V1I2.269

Sari, N. A. I. (2022). Tingkat Pemahaman Mah Mahasiswa asiswa Tentang Aktivitas Fisik dalam Upaya Peningkatan Imunitas Tubuh di Masa Pandemi. *3*(2), 2227–2237. Retrieved from https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/2890

Setiawan, H., Munawwarah, M., & Wibowo, E. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kebugaran dan Tingkat Stres pada Karyawan Back Office Rumah Sakit Omni Alam Sutera dimasa Pandemi Covid-19. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, *3*(1), 1–10. https://doi.org/10.22219/physiohs.v3i1.16935

Siti Annisa Nur Zannah. (2016). *EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL SEBAGAI ALAT PROMOSI DI ERA POST-MILLENIAL*. (3), 1–23.

Toriola, O. O., Monyeki, M. A., & Toriola, A. L. (2015). Two-year longitudinal health-related fitness, anthropometry and body composition status amongst adolescents in Tlokwe Municipality: The PAHL study. *African Journal of Primary Health Care and Family Medicine*, *7*(1). https://doi.org/10.4102/phcfm.v7i1.896.