

TERAPI KOMPREHENSIF DAN PELAYANAN KESEHATAN TRADISIONAL BERBASIS BSM PENDEKATAN TCM PADA KASUS ANEMIA DI RUMAH PIJAT DHI - JAKARTA

Oleh

Soesantono Delima¹, Hilman Rama Pratama², RM. Alfian³, Ratna Dewi Putri⁴
^{1,2,3,4}Program Studi Program Studi S1 Dharma Usada, Institut Nalanda, Jakarta,
Indonesia

Email: ^{1*}luckysoesantonodelima@gmail.com

Article History:

Received: 06-08-2025

Revised: 28-08-2025

Accepted: 09-09-2025

Keywords:

Anemia, Body Space
Medicine, Traditional
Chinese Medicine,
Comprehensive
Therapy

Abstract: *Anemia is a global health problem with high prevalence, particularly in developing countries such as Indonesia. Conventional therapies like iron supplementation and blood transfusion often have limited effectiveness and potential side effects, highlighting the need for alternative approaches. This study aimed to evaluate the effectiveness of a comprehensive therapy combining Traditional Chinese Medicine (TCM) and Body Space Medicine (BSM) for anemia patients at Rumah Pijat DHI – Jakarta. A qualitative case study was conducted on three patients between July 20–25, 2025. Interventions included BSM acupressure, GITA exercise (Dong Yi Gong), abdominal massage, back tapping, and energy point stimulation. Data were collected through observation, interviews, tongue documentation, and vital sign evaluation. Results showed significant improvements in clinical symptoms, energy, sleep quality, and tongue appearance (from pale to normal), with no adverse effects observed. Comprehensive TCM-BSM therapy proved safe and potentially effective as an alternative treatment for anemia*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling sering terjadi di seluruh dunia, dengan prevalensi global sekitar 24,8% atau sekitar 1,62 miliar orang yang terdampak menurut data WHO tahun 2021. Prevalensi anemia lebih tinggi di negara-negara berkembang, khususnya di Asia Tenggara yang mencapai 41,9%, termasuk Indonesia yang memiliki prevalensi anemia pada wanita usia subur sekitar 30-32%. Anemia menjadi perhatian global karena berdampak pada kesehatan individu dan pembangunan ekonomi negara, serta menjadi indikator gizi buruk yang mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup masyarakat.

Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada perempuan usia subur sebesar 32%, yang berkontribusi pada tingginya angka kelelahan kronis, penurunan produktivitas, dan komplikasi kehamilan. Anemia juga menjadi masalah serius pada remaja putri, kelompok yang sangat rentan karena kebutuhan zat besi meningkat selama masa pertumbuhan dan menstruasi. WHO menargetkan pengurangan prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif sebesar 50% pada tahun 2025 sebagai bagian dari agenda Sustainable Development Goals (SDGs).

Anemia dapat diklasifikasikan berdasarkan penyebabnya, tingkat keparahan, dan

karakteristik morfologi sel darah merah. Beberapa penyebab umum anemia meliputi kekurangan zat besi, kekurangan vitamin B12, kekurangan asam folat, perdarahan kronis, penyakit kronis, kelainan genetik, dan gangguan autoimun.

Anemia defisiensi besi merupakan jenis anemia yang paling umum, terutama disebabkan oleh asupan zat besi yang tidak mencukupi atau gangguan penyerapan zat besi dalam tubuh. Selain itu, kehilangan darah akibat menstruasi yang berlebihan, perdarahan saluran cerna, atau trauma juga dapat menyebabkan anemia.

Dampak anemia terhadap kesehatan sangat beragam, mulai dari kelelahan ringan dan penurunan konsentrasi hingga komplikasi yang lebih serius seperti gangguan fungsi jantung, masalah kehamilan, dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan. Pada anak-anak, anemia dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan kognitif, sementara pada orang dewasa, anemia dapat mengurangi produktivitas kerja dan meningkatkan risiko penyakit kronis. Oleh karena itu, diagnosis dini dan penanganan yang tepat sangat penting untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan kesehatan individu yang terkena anemia.

BSM (*Body Space Medicine*) merupakan metode terapi alternatif yang berfokus pada pemanfaatan energi ruang dan tubuh dalam meningkatkan kesehatan. Prinsip utama BSM melibatkan harmonisasi energi tubuh dengan lingkungan sekitar untuk memperbaiki fungsi fisiologis.

Konsep ini didasarkan pada teori bahwa keseimbangan energi dalam tubuh dapat mempengaruhi kesehatan secara keseluruhan. Metode terapi ini mencakup teknik meditasi, pernapasan, dan stimulasi titik-titik energi tertentu untuk mempercepat pemulihan tubuh. Teknik BSM dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah dan keseimbangan energi dalam tubuh, yang berpotensi berkontribusi pada peningkatan kadar hemoglobin.

Selain itu, terapi ini juga dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan metabolisme tubuh, yang dapat berdampak positif pada produksi sel darah merah. Sehingga dengan mengembangkan dan menggunakan metode ini, diharapkan dapat memberi peluang terhadap pengobatan alternatif dalam menangani kasus anemia.

Analisis Kasus

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian dilakukan dengan mengamati secara langsung proses terapi yang diterapkan pada pasien anemia menggunakan metode Traditional Chinese Medicine (TCM) dan *Body Space Medicine* di Rumah Pijat DHI – Jakarta. Penelitian bertujuan mendeskripsikan secara rinci penerapan terapi dan perubahan kondisi pasien, termasuk peningkatan kadar hemoglobin, keseimbangan energi tubuh, serta respon subjektif pasien setelah terapi.

Pendekatan studi kasus dipilih karena memungkinkan eksplorasi mendalam terhadap fenomena yang spesifik dan kompleks seperti penerapan terapi komprehensif TCM-BSM pada pasien dengan kondisi tertentu.

Penelitian dilaksanakan di Rumah Pijat DHI – Jakarta yang merupakan tempat praktik pelayanan kesehatan tradisional berbasis TCM-BSM. Adapun waktu penelitian dilaksanakan selama 20-25 Juli 2025 dengan frekuensi 6 kali terapi selama 1 minggu.

Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang pasien yang mengalami anemia, yang dipilih berdasarkan kriteria dan telah menjalani terapi komprehensif menggunakan pendekatan TCM dan BSM. Ketiga subjek tersebut menjalani terapi secara rutin dan terpantau perubahan kondisi sebelum dan sesudah terapi.

Pasien pertama adalah Ny. E berusia 54 tahun dan bekerja sebagai wirausaha. Pasien mengeluhkan kelelahan kronis, pusing, sesak ringan, kulit pucat, kuku rapuh, serta lidah pucat dan nyeri. Tanda vital awal menunjukkan tekanan darah rendah (90/60 mmHg). Dari perspektif TCM, kondisi ini sesuai dengan defisiensi darah (Xue Xu) disertai kelemahan Qi limpa dan ginjal, terlihat dari lidah pucat, halus, dan membesar. Setelah 6 sesi terapi BSM (akupresur, pijat perut, tepuk punggung, serta senam GITA), kondisi pasien membaik signifikan: tekanan darah meningkat menjadi 110/75 mmHg, lidah kembali normal, dan keluhan hilang.

Pasien kedua adalah Tn. R dengan usia 60 tahun dan bekerja sebagai wirausaha. Pasien mengeluh mudah lelah meski aktivitas ringan, nyeri kepala, wajah pucat, serta kesulitan konsentrasi. Pola makan vegetarian tanpa cukup asupan zat besi memperburuk kondisi. Pemeriksaan lidah awal sangat pucat, licin, tanpa papila—menunjukkan defisiensi Qi dan darah limpa-jantung. Setelah 6 kali terapi, tanda vital membaik (106/70 mmHg), lidah berwarna merah muda dengan papila normal, pasien tidak lagi merasa lelah dan kualitas tidur meningkat.

Pasien ketiga adalah Tn. T dengan usia 45 tahun dan bekerja sebagai wirausaha. Keluhan utama berupa cepat lelah saat berkegiatan, sesak ringan saat mengangkat beban, nafsu makan menurun, serta telapak tangan pucat. Lidah tampak pucat, licin, dan sedikit membesar, menunjukkan defisiensi darah dengan retensi cairan akibat kelemahan limpa. Setelah 6 sesi terapi, tekanan darah meningkat (dari 88/56 mmHg menjadi 106/70 mmHg), gejala hilang, nafsu makan kembali normal, dan lidah tampak sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian terhadap tiga kasus pasien anemia yang menjalani terapi komprehensif berbasis TCM dan Body Space Medicine (BSM) menunjukkan pola perbaikan klinis dan energetik yang konsisten. Perubahan tanda vital menjadi salah satu indikator penting. Tekanan darah pasien meningkat secara bertahap, denyut nadi menjadi lebih stabil, dan frekuensi pernapasan cenderung menurun. Hal ini mengindikasikan adanya relaksasi sistem tubuh serta peningkatan efisiensi oksigenasi jaringan. Temuan tersebut menguatkan bahwa terapi BSM-TCM berperan dalam memperbaiki sirkulasi darah sekaligus mendukung fungsi organ vital, terutama limpa, ginjal, dan jantung yang berhubungan erat dengan produksi darah.

Selain itu, gejala klasik anemia defisiensi besi—seperti kelelahan, pusing, sesak napas, dan wajah pucat—menunjukkan perbaikan bertahap pada seluruh pasien. Perubahan paling signifikan tampak setelah sesi ketiga, yang menandakan bahwa mekanisme terapi ini bersifat akumulatif dan memerlukan waktu untuk mengaktifkan kembali fungsi tubuh secara menyeluruh. Menariknya, pasien lansia juga mampu merespons positif, sehingga terapi ini dapat dikatakan aman dan adaptif pada berbagai kelompok usia.

Analisis lidah sebagai salah satu komponen diagnostik TCM-BSM memperlihatkan hasil yang sejalan. Pada awal terapi, lidah pasien cenderung pucat, halus, dan licin, yang merefleksikan kondisi defisiensi Qi dan Xue. Setelah enam kali terapi, kondisi lidah berangsur berubah menjadi merah muda dengan papila yang lebih jelas, menandakan adanya peningkatan energi vital dan darah. Hal ini sekaligus menggambarkan perbaikan

fungsi limpa dan ginjal, serta kembalinya keseimbangan Yin–Yang tubuh.

Efektivitas terapi juga tidak lepas dari peran stimulasi titik energi. Teknik seperti tekanan pada titik Qihai (CV6), goyangan kaki, pijat perut, dan tepuk punggung terbukti mampu mengaktifkan jalur meridian yang berhubungan dengan produksi energi dasar tubuh. Kombinasi teknik ini mendorong metabolisme serta meningkatkan kemampuan tubuh dalam menyerap nutrisi dari makanan, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap pembentukan hemoglobin dan pemulihan anemia.

Manfaat terapi tidak hanya tampak pada aspek fisik, tetapi juga pada kondisi psikologis pasien. Selama terapi, pasien melaporkan perbaikan kualitas tidur, rasa ringan pada tubuh, dan suasana hati yang lebih stabil. Hal ini menunjukkan bahwa BSM bekerja secara holistik dengan menyeimbangkan aspek fisik dan psiko-emosional. Dalam pandangan TCM, stabilitas emosi sangat berhubungan dengan kesehatan darah dan energi tubuh, sehingga efek relaksasi ini turut mempercepat pemulihan.

Keberlanjutan terapi diperkuat dengan adanya latihan mandiri berupa senam GITA. Latihan ini menjadi sarana bagi pasien untuk mempertahankan hasil yang dicapai selama terapi klinis. Selain mudah dilakukan tanpa memerlukan alat khusus, GITA juga meningkatkan kesadaran pasien terhadap kondisi tubuhnya sendiri. Dengan demikian, pasien tidak hanya memperoleh manfaat pasif dari terapi, tetapi juga dilatih untuk aktif menjaga keseimbangan energi tubuh.

Secara keseluruhan, terapi komprehensif berbasis TCM-BSM terbukti memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan kualitas hidup pasien. Tidak hanya mengurangi gejala anemia, terapi ini juga menumbuhkan partisipasi aktif pasien dalam menjaga kesehatan, sesuai dengan prinsip penyembuhan mandiri dan holistik yang menjadi dasar Body Space Medicine.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil terapi dan observasi terhadap masing-masing pasien, dapat disimpulkan beberapa hal berikut:

Terapi BSM terbukti memberikan perbaikan signifikan terhadap kondisi anemia. Hal ini ditunjukkan dari peningkatan tanda vital, perbaikan gejala subjektif seperti kelelahan dan pusing, serta normalisasi penampakan lidah berdasarkan teori TCM-BSM.

Pendekatan BSM yang mencakup teknik akupresur, pijat titik energi, terapi perut, senam GITA, dan penguatan fungsi organ tubuh melalui harmonisasi energi (Qi) mampu membantu memperbaiki sirkulasi, meningkatkan metabolisme, dan mendukung produksi darah secara alami.

Terapi ini bersifat aman, tidak menimbulkan efek samping, dan diterima baik oleh pasien. Bahkan pasien lansia (Tn. R usia 60 tahun) mampu menunjukkan peningkatan signifikan, menunjukkan bahwa terapi ini dapat diaplikasikan secara luas dengan risiko minimal.

Senam GITA sebagai terapi mandiri memiliki kontribusi besar dalam menjaga hasil terapi klinik, serta meningkatkan kesadaran pasien terhadap kondisi tubuh dan pengelolaan energi harian.

Visualisasi lidah merupakan indikator penting dalam memantau keberhasilan terapi, yang secara konsisten menunjukkan perubahan dari pucat ke merah muda dengan permukaan normal, seiring dengan perbaikan kondisi fisik.

Dengan demikian, terapi komprehensif berbasis TCM dan BSM berpotensi menjadi salah satu pendekatan alternatif dalam menangani anemia, terutama bagi pasien yang tidak merespons baik terhadap terapi farmakologis atau memiliki keterbatasan akses layanan medis.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang terlibat terutama pihak Institut Nalanda beserta dosen dan rekan yang bersedia membantu dalam studi kasus ini sehingga studi kasus ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Brown, R. (2023). Holistic Approaches to Health: The Role of Energy Medicine in Modern Therapy. *International Journal of Holistic Medicine*, 35(2), 90–110.
- [2] Cao Dong Yi. (2015). He Bei Sheng Zhong Yi Yao Chuan Tong Zhi Shi Bao Hu Yan Jiu Xiang Mu Hui Bao.
- [3] Chen, H., & Wang, L. (2020). Energy-Based Healing Techniques and Their Application in Modern Medicine. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, 26(4), 45–50.
- [4] Farida, A., Setiani, O., Setyaningsih, Y., & Darundiati, Y. H. (Tahun). Sosialisasi Akupresur BSM (Body Space Medicine) sebagai Upaya Mengurangi Kejadian Work Related Musculoskeletal Disorder (WMSDs).
- [5] Guo, Z.C. (2007). *Body Space Medicine: A Chinese-English Bilingual Textbook*.
- [6] Guo, Z.C. (2008). Pilihan Pengobatan Tiongkok Unggulan (1), Eksplorasi Pengobatan Body Space Medicine (中华特色医药精选(一), 人体空间医学探索). Rumah Penerbitan Buku Kuno Zhongqu.
- [7] Guo, Z.C. (2008). Pilihan Pengobatan Tiongkok Unggulan (2), Pemeriksaan dan Pengobatan Lidah Guo, Guo Shi She Zhen Yu Yung Yao (中华特色医药精选 (二), 郭氏舌诊与用药). Rumah Penerbitan Buku Kuno Zhongqu.
- [8] Guo, Z.C. (2008). Ren Ti Kong Jian Yi Xue Tan Suo. Rumah Penerbitan Buku Kuno Zhongqu (人体空间医学探索, 中區古籍出版社).
- [9] Guo, Z.C. (2010). *Body Space Medicine Part 1 【人体空间医学】幻灯片(一)*.
- [10] Guo, Z.C. (2010). *Body Space Medicine Part 2 【人体空间医学】幻灯片(二)*.
- [11] Guo, Z.C. (2017). Teknik Senam Gerakan Isyarat Tangan (GITA) Untuk Penyembuhan Diri Sendiri (Dong Yi Gong) (Cetakan ke-2). Jakarta.
- [12] Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2016). *Textbook of Medical Physiology* (13th ed.). Elsevier.
- [13] Liu, X. (2018). Body Space Medicine: Principles and Applications. *Journal of Integrative Medicine*, 16(4), 245–252.
- [14] Maciocia, G. (2005). *The Foundations of Chinese Medicine: A Comprehensive Text for Acupuncturists and Herbalists* (2nd ed.). Elsevier Churchill Livingstone.
- [15] Mith, J. (2022). A Study on Energy-Based Healing Methods in Treating Chronic Diseases. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 28(1), 15–30.
- [16] Peng, Z.J. (1997). Dong Yi Gong. Shijiazhuang: Pabrik Percetakan Shenzetan Hebei (彭振江, 动意功, 河北深泽县印刷厂).
- [17] Peng, Z.J. (1999). *Intelligent Medicine Sequel*. Shijiazhuang: Pabrik Percetakan Hebei

- Shenzetan (智能医学续编, 河北深泽县印刷).
- [18] Peng, Z.J. (1999). Pengobatan Cerdas. Shijiazhuang: Pabrik Percetakan Shenzetan Hebei (智能医药学, 河北深泽县印刷厂).
 - [19] Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Indonesia 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.litbang.kemkes.go.id>
 - [20] Sha, Z.G. (2007). Power Healing: 4 Kunci untuk Menggerakkan Tubuh, Pikiran dan Jiwa.
 - [21] Sha, Z.G. (2007). Body Space Medicine (Zhi Chen, Guo).
 - [22] UNICEF. (2019). Anemia and Child Development: A Global Perspective. UNICEF Publications. https://www.unicef.org/nutrition/files/Anemia_and_Child_Development.pdf
 - [23] World Health Organization (WHO). (2021). The Global Prevalence of Anaemia in 2021. WHO Publications. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240030489>
 - [24] Zhang, Y., Li, X., & Wang, J. (2017). The Efficacy of Traditional Chinese Medicine in the Treatment of Anemia: A Systematic Review and Meta-analysis. Journal of Ethnopharmacology, 203, 101–110.
 - [25] Zhou, H., Chen, G., & Wang, L. (2019). Effects of Body Space Medicine on Oxidative Stress and Microcirculation: A Pilot Study. Complementary Therapies in Medicine, 45, 123–129.