

## ANALISIS KEROKAN MENURUT BUDAYA DAN SAINS

Baiti Rizki<sup>1</sup>, Atika Okta Melisa<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Tadris Biologi, Fakultas Tarbiyah, LAIN KUDUS

\*Penulis Korespondensi: baitirizki6510@gmail.com

### ABSTRACT

Traditional medicine has always been inherent in society. most pass it on to their children and grandchildren, in the hope of not dying replaced by modern medicine. Scrapings are the most popular alternative medicine. This study was conducted to find out how scrapings are carried out from the perspective of society and science, involving 50 respondents. The research method was carried out with a qualitative approach by describing the acquisition of data obtained from in-depth interviews through questionnaires supported by a literature review. The results showed that 64% of people had done scrapings and chose it because it was not only cheap but also had many benefits. In addition, from a scientific point of view, scrapings can increase tissue temperature, dilate capillaries, improve local blood circulation, increase blood and oxygen supply and strengthen local tissue metabolism. In addition, the red rash due to scraping is inflammation as a form of the body's response that does not cause skin damage.

**Keywords:** scrapings, culture, traditional medicine, science, medical

---

### PENDAHULUAN

Masyarakat Indonesia memiliki budaya tradisional yang diturunkan oleh leluhur, baik dalam hal sosial, budaya, kegiatan keagamaan dan berbagai pengetahuan lain. Masyarakat membawa dan mewariskan pengetahuan secara lisan yang bahkan susah untuk dijelaskan secara ilmiah. Pengetahuan adat turut menjadi patokan dalam kehidupan khususnya pada aspek kesehatan, hingga era medis modern mulai menyamakan kedudukannya dan perlahan menggeser pengetahuan adat. Berbagai warisan tradisi terkait kesehatan tak luput dalam pembahasan, mengenai bagaimana mereka menangani dan menjaga kesehatan. Masyarakat mulai beradaptasi dan mengenali alam sekitarnya, menciptakan berbagai alternatif kesehatan yang dianggap ampuh memberikan dampak positif pada tubuh. Utami and Harahap (2019: 151) dalam bukunya menyampaikan teori pengobatan tradisional oleh organisasi kesehatan dunia WHO (*world Health Organization*) bahwa pengobatan tradisional atau pengobatan alternatif adalah ilmu dan seni pengobatan berdasarkan himpunan dari pengetahuan dan pengalaman praktek, baik yang dapat diterangkan secara ilmiah ataupun tidak, dalam melakukan diagnosis,

prevensi dan pengobatan terhadap ketidaksetimbangan fisik, mental, ataupun sosial.

Kerokan menjadi salah satu alternatif kesehatan yang diwariskan secara turun-temurun kepada generasi-generasi baru, dengan memanfaatkan koin yang digosokkan pada bagian tubuh tertentu seperti leher, atau punggung untuk meredakan rasa sakit. Kerokan bukan lagi hal yang asing di dengar, tak hanya di Indonesia, negara lain juga mengenali kerokan, hanya saja istilah atau penamaannya yang berbeda, seperti Vietnam menyebut kerokan dengan nama lain yaitu *Cao Gio*, Kamboja menyebutnya sebagai *Gob Kyol*, sedangkan istilah *Gua Sha* lebih akrab di pendengaran masyarakat Cina (Tamtomo 2008: 28). Istilah kerokan melambung dan menjadi alternatif kesehatan yang ramai diperbincangkan dikalangan masyarakat karena dianggap murah dan mampu menyembuhkan berbagai penyakit seperti masuk angin, mual, nyeri, dan pusing. Efek yang ditimbulkan berupa warna merah pada area kulit yang dilakukan kerokan. Hal ini terkadang menjadi kekhawatiran yakni apabila luka akibat kerokan akan menyebabkan kerusakan kulit. Berdasarkan pemaparan tersebut muncul pertanyaan apakah kerokan aman untuk dilakukan serta bagaimana perspektif masyarakat dan sains mengenai fenomena kerokan. Sains akan membawa

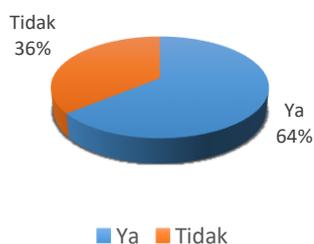
bukti terkait reaksi tubuh saat melakukan kerokan yang dibahas dari sudut pandang beberapa cabang ilmu sains. Kajian ini diharapkan akan memberikan pemahaman utuh mengenai kerokan dari berbagai aspek dalam kehidupan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Teknik pengambilan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik wawancara terstruktur menggunakan angket dengan 50 responden yang dipilih secara acak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian terkait persentase pelaku kerokan digambarkan melalui diagram lingkaran.



**Gambar 1.** Perbandingan Persentase masyarakat yang kerokan dan tidak kerokan.

Setiap manusia memiliki *comfort zone* yang tentunya berbeda dengan individu lainnya. Seseorang akan memilih apa yang mereka suka dan membuatnya nyaman, sekalipun baik bagi orang lain belum tentu memberikan efek yang sama bagi yang lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 64% responden pernah melakukan kerokan, dan menjadikannya sebagai alternatif kesehatan, sedang 36% lainnya mengatakan tidak pernah melakukan kerokan, dapat dilihat pada Gambar 1. Masyarakat mendefinisikan kerokan sebagai teknik atau metode yang dilakukan dengan menggosokkan koin atau logam pada area yang sakit seperti punggung yang sebelumnya telah diberi pelicin, dapat berupa minyak kayu putih, balsem, atau *lotion*, sehingga timbul bercak merah. Penggunaan bawang merah dan minyak kelapa juga dapat menjadi alternatif lain sebagai pelicin (Musta'in et al. 2020: 256) Responden

umumnya melakukan kerokan saat merasa masuk angin, kembung, mual, pusing atau nyeri badan.

Kerokan membawa pengaruh besar bagi tubuh, pengakuan yang diperoleh menunjukkan bahwa terjadi perubahan signifikan sebelum dan setelah melakukan kerokan. Tubuh yang semula terasa sakit kembali segar dan lega. Saran orang tua dan faktor biaya turut menjadi pertimbangan masyarakat sehingga menjatuhkan pilihan pada kerokan. Masyarakat berpikir bahwa tanpa harus mengeluarkan banyak uang, tetapi dapat merasakan manfaat besar bagi kesehatan. Pertimbangan dalam memilih sumber perawatan tradisional dipengaruhi oleh biaya yang relatif murah dan masih berada dalam jangkauan masyarakat, serta dapat dilakukan sewaktu-waktu dan tidak mengharuskan memperoleh tindakan medis (Tirratnawati 2010: 72). Faktor tersebut semakin membuat masyarakat gencar melakukan kerokan dan terus mewariskannya pada anak muda. Salah satu responden menjelaskan teknik kerokan yang telah diterapkan dalam keluarga dan diwariskan pula pada anak cucunya, yaitu :

1. Siapkan koin atau logam tumpul bersih sebagai alat kerokan
2. Menyiapkan balsem, minyak kayu putih, atau *lotion* yang dapat digunakan sebagai pelicin untuk mengurangi rasa sakit saat kerokan
3. Pelicin dioleskan pada tubuh seperti punggung atau leher, kemudian dilakukan kerokan,
4. Kerokan dilakukan searah dan tidak bolak balik,
5. Ulangi kerokan sampai muncul ruam merah

Penelitian ini melibatkan 50 reponden yang diambil secara acak dengan rentang usia 19 – 56 tahun, sehingga respon yang ditimbulkan juga beragam. Latar belakang yang berbeda baik dari segi usia, pengetahuan, kondisi sosial ekonomi tentunya menimbulkan sudut pandang yang beragam mengenai kerokan. Teori yang dikemukakan oleh Utami and Harahap (2019: 78) sejalan dengan pernyataan tersebut bahwa tingkat kesehatan masyarakat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu pendidikan atau tingkat pengetahuan, faktor sosio-ekonomi, latar belakang budaya, dan usia. Pendidikan atau tingkat

pengetahuan mendasari cara berpikir seseorang dalam menjaga dan mengatasi permasalahan kesehatan. Seseorang dengan tingkat pengetahuan tinggi akan lebih mampu menjaga dan menemukan solusi kesehatan sesuai versi terbaik dirinya. Berbanding terbalik dengan masyarakat yang awam perihal kesehatan akan kesulitan menjaga kesehatannya. Faktor sosio-ekonomi yang mencakup lingkungan sosial, pekerjaan, serta tingkat pendapatan turut berperan dalam hal ketahanan kesehatan. Masyarakat dengan ekonomi minimum, ketika dihadapkan kondisi sakit, maka sebisa mungkin akan meminimalkan pengeluaran uang, sehingga memilih pengobatan tradisional untuk mengatasi sakit yang dirasa (Tirratnawati 2010: 72). Faktor lain seperti latar belakang budaya yang mempengaruhi nilai, kepercayaan, kebiasaan individu, termasuk pelayanan kesehatan. Suku bangsa yang tersebar di seluruh Nusantara pun memiliki latar belakang budaya yang berbeda pula. Alasan tersebut mejadikan keberagaman budaya tak terkecuali dalam aspek kesehatan dan pengobatannya dengan ciri yang berbeda sesuai budaya pribadinya. Terakhir yang menjadi faktor paling umum yaitu usia. Perbedaan usia dan zaman pasti memberikan pemahaman dan respon yang berbeda terhadap perubahan kesehatan yang melanda.

Konsep kerokan dapat dijabarkan dari sudut pandang disiplin ilmu, melingkupi aspek fisika, kimia, dan biologi.

**Tabel 1.** Konsep Kerokan berdasarkan Sains

No	Aspek	Fisika	Kimia	Biologi
1	Menggosokkan benda pada tubuh	Konsep tekanan dan gesekan dua benda yang menyebabkan panas	Panas dapat menmpertcepat reaksi aliran darah	-
2	Penggunaan koin	Peningkatan	-	-

	atau objek lain	energi panas		
3	Koin harus tumpul	Konsep tekanan	-	-
4	Koin terbuat dari tembaga	-	Tidak mudah berkarat	-
5	Penggunaan bawang untuk menggosok	-	Mengandung atsiri	Mencegah infeksi
6	Penggunaan minyak angin atau lotion	Konsep gesekan	-	Mencegah infeksi
7	Posisi benda atau koin dengan kemiringan 45°C	Konsep tekanan	-	-
8	Warna merah akibat kerokan	-	-	Inflamasi pada pembuluh kapiler
9	Kerokan satu arah, tidak bolak-balik	-	-	Melukai kulit
10	Kerokan dilakukan pada punggung, leher, dan dada	-	-	Bagian tubuh yang mengalami penyumbatan aliran darah

Sumber: (Desstya et al. 2019: 376)

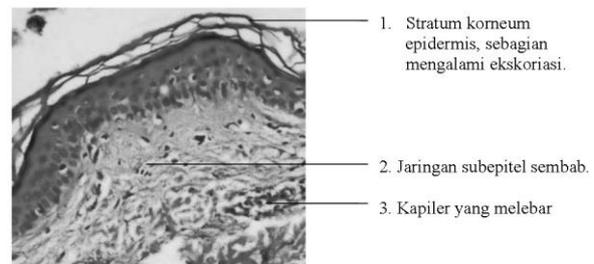
Sains memberikan penjelasan ilmiah yang logis dan teoritis mengenai konsep kerokan serta reaksi tubuh yang ditimbulkan, dapat dilihat pada tabel 1. Mekanisme kerokan merupakan bentuk aplikasi dari berbagai teori ilmiah. Salah satu contohnya yaitu penerapan teori Einstein mengenai timbulnya energi panas yang disebabkan oleh gesekan dua benda. Teori tersebut sejalan dengan kerokan yang memanfaatkan tekanan

benda yaitu logam pada kulit sehingga menimbulkan inflamasi lokal. Kenaikan suhu yang dapat mempercepat laju aliran darah juga dapat dijelaskan melalui konsep kecepatan reaksi kimia yakni adanya pergerakan molekul-molekul yang saling bertabrakan dan mengakibatkan kecepatan reaksi kardiovaskuler (Desstya et al. 2019: 377).

Saputra dalam Indriani, (2018: 7) menjelaskan efek samping kerokan secara medis yaitu :

1. Menghilangkan rasa nyeri melalui sistem endorphin yang dapat memberikan rasa segar pada tubuh
2. Memperlancar pembuluh darah perifer dari keadaan vasokonstriksi menjadi vasodilatasi
3. Peningkatan suhu tubuh sebagai respon inflamasi akut sekitar 0,5°C - 2°C akibat gesekan koin dengan kulit

Salah satu responden yang lain menyatakan bahwa tidak menjadi bahaya ruam merah pada kulit pasca kerokan, baginya hal tersebut menandakan aliran darah tubuh menjadi lancar. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Xu *et.al* (2012: 5) bahwa terjadi pelebaran pembuluh darah akibat kerokan dan peningkatan volume aliran darah. Pengikisan atau kerokan dapat meningkatkan suhu lokal pada area yang dikenai kerokan. Panas dapat meningkatkan suhu jaringan, melebarkan kapiler, meningkatkan sirkulasi darah lokal, meningkatkan suplai darah dan oksigen serta memperkuat metabolisme jaringan lokal. Peningkatan signifikan pada volume perfusi darah terjadi dalam 90 menit di area pengikisan, selanjutnya terjadi kenaikan suhu tubuh dengan rata-rata 1°C setelah kerokan. Penelitian serupa oleh Tamtomo (2008: 30) menjelaskan kondisi jaringan biopsi kulit pasca kerokan terjadi ekskoriasi stratum korneum epidermis akibat penggunaan logam saat kerokan, menyebabnya sel epitel, pelebaran kapiler, sebaran ringan oleh monosit dan sel limfosit, yang menjadi pertanda reaksi inflamasi akut, dan tidak terdapat kerusakan pada kulit akibat kerokan, dapat dilihat pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Hasil pemeriksaan histopatologi pada biopsi kulit sesudah kerokan (Tamtomo 2008: 29)

Fenomena kerokan seakan tidak mati seiring berkembangnya pengobatan modern. Seolah turut mengalir dalam aliran darah, kerokan menyatu dan menjadi tradisi dan turun temurun dalam kehidupan. Kerokan yang begitu digilai, tidak menjadi bukti bahwa semua orang menyukai serta menjadikannya tradisi keluarga. Mereka mengaku hanya sekedar mengetahui, dan memilih tidak melakukan kerokan dengan anggapan bahwa akan menimbulkan rasa sakit dan takut akan merusak kulit serta menyebabkan pembuluh darah pecah. Responden yang tidak tertarik melakukan kerokan memandang bahwa manfaat kerokan hanya sebuah sugesti, bahkan dengan lantang menolak menjadikan kerokan sebagai alternatif kesehatan karena dianggap berbahaya. Obat menjadi pilihan utama sebagai ganti kerokan atau memperbanyak istirahat serta langsung memeriksakan diri ke dokter atau unit kesehatan terdekat.

## KESIMPULAN

Kerokan merupakan teknik atau metode yang dilakukan dengan menggosokkan koin atau logam pada area tubuh yang sakit seperti punggung yang sebelumnya telah diberi pelicin, dapat berupa minyak kayu putih, balsem, atau *lotion*, sehingga timbul bercak merah. Ruam merah akibat kerokan merupakan reaksi tubuh berupa inflamasi yang tidak menyebabkan kerusakan kulit. Kerokan mengakibatkan pelebaran pembuluh darah dan peningkatan volume aliran darah. Panas yang diakibatkan oleh kerokan dapat meningkatkan suhu jaringan, melebarkan kapiler, meningkatkan sirkulasi darah lokal, meningkatkan suplai darah dan oksigen serta memperkuat metabolisme jaringan lokal. Penelitian ini

diharapkan dapat menjadi rujukan dalam berbagai penelitian lanjutan, misalnya dalam hal pembuktian kerokan sebagai obat penyakit tertentu selain masuk angin, mual atau yang sudah banyak diketahui.

## DAFTAR PUSTAKA

- Desstya, A., Prasetyo, Z. K., Suyanta, & Yanti, F. A. (2019). Science concept in Kerokan. *Humanities and Social Sciences Reviews*, 7(3), 374–381. <https://doi.org/10.18510/hssr.2019.7355>
- Indriani, N. R. (2018). *ANALISIS FAKTOR PEMANFAATAN KEROKAN PADA LANSIA BERBASIS KEPERAWATAN TRANSKULTURAL DI POSYANDU LANSIA SUKMAJAYA KELURAHAN KERTAJAYA SURABAYA* [UNIVERSITAS AIRLANGGA]. <http://repository.unair.ac.id/85193/>
- Musta'in, Setianingsih, Saputro, W. A., & Agustina, A. P. (2020). Pengalaman Kerokan dengan Bahan Tambahan Bawang Merah dan Minyak Kelapa pada Anak-Anak. *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 253–260. [journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/705/](http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/705/)
- Tamtomo, D. G. (2008). Gambaran Histopatologi Kulit pada Pengobatan Tradisional Kerokan. *Cermin Dunia Kedokteran*, 35(1), 28–31. <https://ibuhamil.com/attachments/ngobrol-apa-saja/18459d1469155327-dampak-bahaya-kerokan-saat-hamil-gambaran-histologi-kulit-pada-pengobatan-tradisional-kerokan.pdf>
- Triratnawati, A. (2010). Pengobatan Tradisional, Upaya Meminimalkan Biaya Kesehatan Masyarakat Desa di Jawa. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan*, 13(2), 69–73. <https://journal.ugm.ac.id/jmpk/article/viewFile/2598/2329>
- Utami, T. N., & Harahap, R. A. (2019). *Sosioantropologi Kesehatan Integrasi Budaya dan Kesehatan*. Prenada Media Group. <http://repository.uinsu.ac.id/6414/1/Buku>
- Sosanro Tri NU-Reni.pdf
- Xu, Q. Y., Yang, J. S., Zhu, B., Yang, L., Wang, Y. Y., & Gao, X. Y. (2012). The effects of scraping therapy on local temperature and blood perfusion volume in healthy subjects. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2012. <https://doi.org/10.1155/2012/490292>