

ANALISIS PERBANDINGAN TEKNIK KEROKAN DI INDONESIA DAN GUASHA DI TIONGKOK

Nesya Kartosugondo¹, Ong Peter Leonardo, B.A., M.Ed.²

¹² Pendidikan Bahasa Mandarin, Universitas Widya Kartika

1 nesya.gm@gmail.com

2 1185641324@qq.com

ABSTRAK

Angka harapan hidup manusia mulai membaik sejak 10 tahun terakhir. Hal ini diketahui manusia mulai ingin berpola hidup sehat, oleh karena itu manusia juga mencari semua alternatif yang dapat digunakan untuk menjadikan hidupnya lebih sehat, salah satunya adalah pengobatan tradisional. Setiap negara punya iklim, cuaca, budaya, agama, dan teknologi yang berbeda – beda, dimana hal ini juga mempengaruhi obat yang tersedia, cara yang digunakan dalam melakukan pengobatan tradisional, serta kepercayaan akan pengobatan tersebut. Hal ini juga terjadi di Indonesia dan Tiongkok. Penelitian ini menganalisis perbedaan dan persamaan antara pengobatan tradisional kerokan di Indonesia dan gua sha di Tiongkok. Dalam penelitian ini dilakukan dengan metode kualitatif studi pustaka. Dari metode tersebut diperoleh meskipun keduanya menggunakan teknik yang sama, yaitu menggesekan benda tumpul di atas kulit, terdapat perbedaan dalam tujuan pengobatan. Kerokan hanya digunakan sebagai pengobatan masuk angin, sementara gua sha juga digunakan untuk terapi dan kecantikan. Penelitian ini juga menyoroti bahwa pemahaman tentang gua sha di Indonesia masih rendah, meskipun kerokan sebenarnya diadopsi dari teknik gua sha Tiongkok.

Kata kunci: Gua sha, Indonesia, Kerokan, Tiongkok.

ABSTRACT

Human life expectancy has started to improve in the last 10 years. It is known that humans are starting to want a healthy lifestyle, therefore humans are also looking for all alternatives that can be used to make their lives healthier, one of which is traditional medicine. Every country has a different climate, weather, culture, religion, and technology, which also influences the medicines available, the methods used to carry out traditional medicine, and beliefs about the medicine. This also happened in Indonesia and China. This study analyzes the differences and similarities between kerokan traditional medicine in Indonesia and gua sha in China. This research was conducted using a qualitative method of literature study. From this method it was found that even though both of them used the same technique, namely rubbing a blunt object over the skin, there were differences in the goals of treatment. Kerokan is only used as a treatment for colds, while gua sha is also used for therapy and beauty. This study also highlights that understanding of gua sha in Indonesia is still low, even though kerokan is actually adopted from Chinese gua sha techniques.

Keywords: Gua sha, Indonesia, Kerokan, Tiongkok.

1. PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan waktu, manusia mulai sadar bahwa kesehatan sangatlah penting bagi mereka. Seperti yang kita ketahui usia manusia dari jaman dahulu terus menurun. Akan tetapi dalam 10 tahun terakhir menurut Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS), angka harapan hidup manusia mulai membaik. Pada Tahun 2010 angka harapan hidup Jawa Timur ada di 68 Tahun, sedangkan tahun 2021 angka harapan hidup Jawa Timur ada di angka 69,3 Tahun. Dengan adanya data ini dapat diketahui manusia mulai ingin berpola hidup sehat, oleh karena itu manusia juga mencari semua alternatif yang dapat digunakan untuk menjadikan hidupnya lebih sehat, salah satunya adalah pengobatan tradisional.

Pengobatan tradisional atau yang lebih dikenal dengan pengobatan alternatif adalah cara pengobatan yang menggunakan obat-obatan tradisional. Setiap negara punya iklim, cuaca, budaya, agama, dan teknologi yang berbeda – beda, dimana hal ini juga mempengaruhi obat yang tersedia, cara yang digunakan dalam melakukan pengobatan tradisional, serta kepercayaan akan pengobatan tersebut. Pengobatan tradisional ini sering dilupakan, oleh karena itu perbandingan pengobatan tradisional ini hanya bisa dibandingkan oleh negara – negara yang masih memiliki budaya yang cukup kuat.

Letak Indonesia yang strategis membuat banyak pedagang dari berbagai daerah yang masuk ke dan menetap di Indonesia. Hal ini membuat masuknya berbagai kebudayaan asing di Indonesia salah satunya adalah pengobatan tradisional Tiongkok. Kebudayaan Tiongkok yang dibawa masuk ke Indonesia sangat berpengaruh terhadap kehidupan masyarakat Indonesia seperti gaya hidup, perayaan-perayaan, pengobatan dan lain sebagainya. Seiring berjalannya waktu tradisi-tradisi tersebut semakin besar dan mulai berasimilasi dengan budaya lokal, salah satunya budaya pengobatan Tiongkok. Indonesia dan Tiongkok merupakan negara yang kaya akan budaya baik dari segi pengobatan. Akan tetapi Tiongkok memiliki 4 musim, dimana hal ini juga mempengaruhi obat – obatan yang tersedia untuk melakukan pengobatan tradisional.

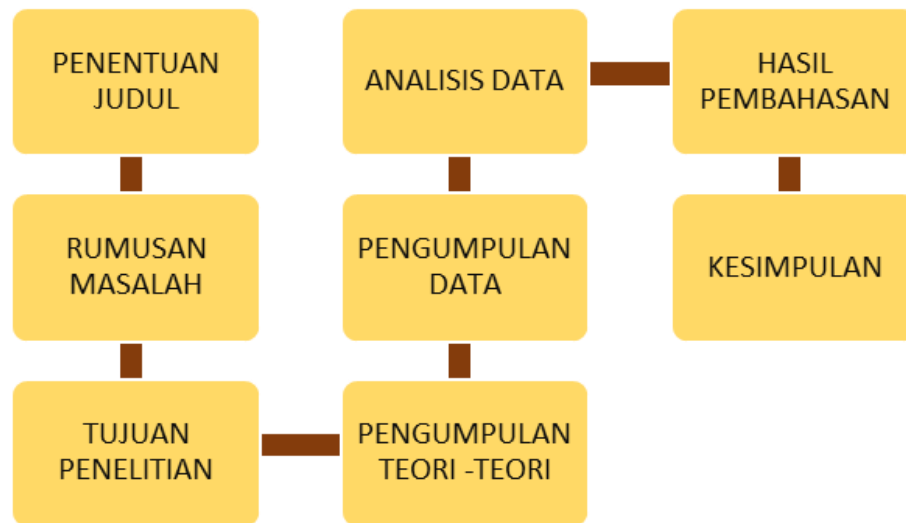
Di Indonesia pengobatan tradisional masih banyak digemari oleh semua kalangan dan usia. Terdapat beberapa metode pengobatan tradisional mulai dari metode pengobatan melalui obat-obatan seperti jamu sampai metode pengobatan melalui sentuhan fisik seperti pijat reflexi, bekam, akupunktur, dan kerokan. Sampai saat ini kerokan merupakan pengobatan yang dianggap lebih murah, praktis, efektif, dan rasional sehingga metode pengobatan kerokan menjadi salah satu alternatif di kalangan masyarakat Indonesia, yang hingga saat ini masih terjaga eksistensinya. Kerokan sendiri dipercaya dapat menyembuhkan masuk angin yang biasanya ditandai dengan gejala perut kembung, pegal linu, pusing, dan lain sebagainya.

Di Tiongkok budaya pengobatan/terapi kerokan yang biasa disebut dengan gua sha merupakan pengobatan alternatif yang juga masih dilakukan hingga saat ini. Namun karena perbedaan adat, suku dan budaya antara Indonesia dan Tiongkok mengakibatkan adanya persamaan dan perbedaan dalam budaya pengobatan tradisional kerokan. Terutama dalam penggunaan alat yang digunakan dalam menerapkan pengobatan tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian menganalisis perbedaan pengobatan tradisional kerokan yang dilakukan oleh masyarakat di Indonesia dengan gua sha yang dilakukan oleh masyarakat di Tiongkok.

2. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode kepustakaan untuk mendapatkan data yang akan di-tulis dalam penelitian ini. Menurut Mestika Zed (2003), Studi pustaka atau kepustakaan dapat diartikan sebagai serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat serta mengolah bahan penelitian. Selain itu dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Metode penelitian kualitatif merupakan suatu cara yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian yang berkaitan dengan data umumnya berupa narasi yang bersumber dari aktivitas wawancara, pengamatan, pengalihan dokumen. Linarwati et al (2016) juga berpendapat, metode ini bertujuan untuk pencarian fakta dan interpretasi yang tepat untuk mencari masalah yang ada di masyarakat serta tata cara yang berlaku pada situasi tertentu termasuk mengenai hubungan, kegiatan, sikap, pandangan serta proses yang dalam masyarakat yang dipengaruhi-pengaruh dari suatu fenomena. Dalam penelitian ini penulis melakukan proses penelitian secara langsung, mewawancarai, mengumpulkan berbagai data dan sumber, dan mencari bahan yang berkaitan dengan budaya pengobatan tradisional kerokan di Indonesia dan gua sha di Tiongkok. Peneliti juga akan menjelaskan secara kualitatif dalam membahas analisa data yang sudah didapatkan.

Berikut beberapa penjelasan mengenai bagan penelitian yang menjelaskan langkah-langkah yang akan penulis lakukan dalam menyelesaikan penelitian ini:



Gambar 1. Bagan Penelitian

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengumpulan data yang telah dilakukan akan dijelaskan secara perinci dan detail. Awal mula akan membeberkan gambaran umum mengenai informan, yaitu partisipan dalam kuisisioner yang telah dibagikan, lalu akan menganalisis hasil dan data yang telah diperoleh. Serta mendalami pemahaman perbedaan dan persamaan antara kerokan di Indonesia dan guasha di Tiongkok

Pengumpulan data dilakukan bertujuan untuk memperoleh opini dan pemahaman setiap partisipan, lalu data yang terkumpul berguna sebagai media untuk analisis perbedaan dan kesamaan yang ada diantara kerokan dan guasha. Tidak hanya itu, hasil penelitian dan analisa ini diharapkan dapat membuahkan manfaat berupa pemahaman yang berkualitas bagi pembaca.

Kuisisioner yang telah disebarkan mengumpulkan data primer sebanyak 40 responden, dengan total 1 responden berumur 12-17 tahun, 15 responden berumur 18-25 tahun, 20 responden berumur 26-35 tahun, dan 4 responden berumur 35 tahun keatas. 90% responden pernah melakukan kerokan dan 17.5% responden pernah melakukan guasha. Dengan data dari setiap responden akan menuliskan penjelasan deskriptif narasi mengenai pendapat responden dan fakta yang ada. Persamaan serta perbedaan kerokan menurut responden akan dibebarkan dengan detail, tentunya didasari dengan data sekunder atau fakta yang ada..

3.1 Kerokan dan Guasha di Indonesia

Sebelum mendalami persamaan dan perbedaan kerokan dan guasha, pada tahapan ini akan menggambarkan gambaran umum serta informasi dasar mengenai pemahaman masyarakat dari berbagai generasi / tingkatan umur terhadap kerokan atau guasha.

Tabel 1. Pemahaman Masyarakat dari Berbagai Generasi Mengenai Kerokan dan Guasha

JUMLAH	UMUR	TAHU APA ITU KEROKAN	TIDAK TAHU APA ITU KEROKAN	TAHU APA ITU GUASHA	TIDAK TAHU APA ITU GUASHA
1	12-17 TAHUN	1	-	1	-
15	18-25 TAHUN	15	-	10	5
20	26-35 TAHUN	20	-	5	15
4	35 TAHUN KEATAS	4	-	1	3

Tabel 2. Pemahaman Akan Perbedaan dan Kesamaan Guasha dan Kerokan Bagi Responden

TIDAK ADA PERBEDAAN	TRADISI CHINA YANG TERSEBAR KE INDONESIA	TIDAK TAHU	GUASHA PAKAI ALAT BERBEDA DENGAN KEROKAN	GUASHA DARI CHINA KEROKAN DARI INDONESIA	GUASHA UNTUK MEMIJAT WAJAH (MENGENCANGKAN KULIT WAJAH)	BEDA TEKNIK NAMUN MIRIP
4	1	23	4	2	5	1

Kedua tabel berikut menunjukkan 100% responden mengetahui apa itu kerokan, namun tidak banyak yang memahami apa itu guasha. Padahal teknik pengobatan kerokan merupakan pengadopsian dari teknik pengobatan tiongkok yaitu guasha. Sedangkan hasil dari pengumpulan data mengenai pemahaman masyarakat mengenai persamaan dan perbedaan kerokan cukup menjelaskan adanya perbedaan pemahaman diantara setiap responden. Sebagian besar responden percaya bahwa guasha dan kerokan tidak ada perbedaan dan tidak tahu jelas apa perbedaan antara guasha dan kerokan. Namun tetap ada Sebagian kecil yang cukup memahami perbedaan menonjol antara guasha dan kerokan, yaitu perbedaan alat yang dipakai, teknik pengaplikasiannya dan juga histori dari kedua teknik pengobatan ini. Selain itu, untuk responden yang menjawab guasha dipergunakan untuk memijat wajah, ini tidak sepenuhnya salah karena guasha sebetulnya merupakan teknik terapi yang menggunakan alat halus untuk menggosok atau "mengikis" kulit dengan tujuan meningkatkan aliran darah dan melepaskan stagnasi. Pengaplikasiannya memang tidak hanya di punggung saja, guasha dapat diaplikasikan pada bagian tubuh lainnya seperti leher, bahu dan juga wajah. Dengan melakukan guasha pada wajah, tentu akan menstimulasi peredaran darah pada wajah, membuat wajah terlihat lebih sehat dan menyamarkan kerutan dan garis halus. Namun inti dari guasha adalah pengobatan, maka dari itu teknik guasha pada wajah intinya merupakan metode terapi kecantikan.

Tabel 3. Deskripsi Pengalaman Responden Pertama Kali Melakukan Kerokan

	Bayi/kanak-kanak	Pra-remaja / remaja	Dewasa
Sejak kapan melakukan kerokan?	16	22	2

Tabel 4. Awal Mula Mengenal Teknik Pengobatan Kerokan

	Orang Tua	Kakek/ nenek	Teman / kerabat
Awal mula mengenal atau melakukan kerokan	27	11	2

Kedua data yang sudah saya kumpulkan bertujuan untuk memahami pengalaman responden dan juga ingin membuktikan bahwa kerokan merupakan tradisi dan budaya yang sudah kita salurkan dari generasi ke generasi, dan tentunya terus kita praktekkan hingga kini. Dengan hasil data dari responden dapat kita pahami bahwa memang betul terjadi dan adanya kegiatan menurunkan pengetahuan terutama dari keluarga inti dan tetua, setiap responden juga menuliskan bahwa alat yang selalu digunakan merupakan koin dan minyak, lain dari itu juga terdapat alat kerok dari logam, kayu, bawang merah dan bahkan sendok.

3.2 Persamaan Teknik Pengobatan Tradisional Kerokan di Indonesia dan Guasha di Tiongkok

Dalam penelitian ini telah ditemukan beberapa persamaan pengobatan tradisional kerokan di Indonesia dan Tiongkok. Beberapa persamaan yang telah ditemukan yaitu, baik di Tiongkok dan di Indonesia, sama-sama menggunakan Teknik yang sama yaitu menggesekan benda tumpul di atas permukaan kulit. Gesekan tersebut juga akan memberikan efek yang sama yaitu berwarna kemerahan pada tempat gesekan. Warna pada kulit ini tidak selalu sama dan bervariasi tergantung dari Teknik yang dilakukan.

Hal yang paling penting saat melaksanakan Teknik kerokan dan guasha ini adalah penggunaan minyak. Tanpa menggunakan minyak Teknik ini akan gagal, dan tidak akan menimbulkan hasil penyembuhan yang diinginkan. Selain itu juga, minyak ini membuat untuk memudahkan melakukan penggesekan di kulit serta tidak terjadi inflamasi. Walaupun metode pengobatan ini tidak termasuk pengobatan modern tetapi kerokan merupakan metode pengobatan yang cukup efektif dan paling mudah dalam menangani gejala tidak enak badan seperti, pegal linu, nyeri otot, perut kembung, dan sakit kepala yang biasa kita sebut dengan masuk angin..

Tabel 5. Persamaan Teknik Pengobatan Tradisional Kerokan di Indonesia dan Guasha Tiongkok

PERSAMAAN	KEROKAN	GUASHA
Menggunakan Teknik menggesekan benda tumpul di atas permukaan kulit	✓	✓
Memberikan efek samping berupa warna kemerahan.	✓	✓
Bertujuan untuk menangani gejala masuk angin	✓	✓
Menggunakan alat bantu minyak atau balsam agar tidak terjadi inflamasi.	✓	✓

3.3 Perbedaan Teknik Pengobatan Tradisional Kerokan di Indonesia dan Guasha Tiongkok

Lingkungan serta budaya yang berbeda antara Indonesia dan Tiongkok dapat berdampak pada metode pengobatan yang dilakukan, meskipun kerokan adalah hasil dari adopsi tradisi Tiongkok yaitu guasha, terkadang tercampur dengan kebiasaan serta kondisi masyarakat Indonesia. Menghasilkan adanya perbedaan dan keunikan tersendiri pada teknik kerokan. Berikut perbedaan pada teknik pengobatan tradisional kerokan di Indonesia dan guasha di Tiongkok:

Tabel 6. Perbedaan pada Teknik Pengobatan Tradisional Kerokan di Indonesia dan Guasha di Tiongkok

PERBEDAAN	GUASHA	KEROKAN
Bawang merah, koin, alat kerok kayu dan logam sebagai alat kerokan		✓
Batu giok dan sendok porselen sebagai alat bantu kerokan	✓	
Dapat diterapkan pada berbagai bagian tubuh, seperti wajah sebagai metode terapi kecantikan	✓	

Kerokan dan guasha secara garis besar memiliki kemiripan dan teorinya sama. Dikarenakan kerokan adalah adopsi serta hasil adaptasi dari guasha. Kerokan itu sendiri memiliki Teknik dan ciri khas yang mirip dengan guasha, hanya saja akibat percampuran dan pengaruh budaya Jawa, timbul perbedaan kecil yang tidak semua pahami. Berdasarkan fakta, para raja dan pujangga Jawa dahulu kala telah menggolongkan sekitar 30 penyakit, dan masuk angin menjadi salah satu penyakit yang biasa diidap banyak orang di tanah Jawa. Tidak hanya itu, teknik pengobatan juga disertakan oleh orang-orang Jawa tempo dulu, meliputi kerokan menjadi cara pengobatan paling murah dan mudah diantara yang lainnya. Semenjak itulah kerokan menjadi sebuah tradisi masyarakat Jawa dari dulu hingga kini.

Apabila guasha di Tiongkok menggunakan lempengan batu giok, masyarakat Indonesia menggunakan koin sebagai alat untuk kerokan. Tidak diketahui bagaimana awal mula penggunaan alat koin, namun akibat adaptasi yang terjadi, pada jaman dahulu lempengan giok bukanlah suatu hal yang mudah ditemukan atau mudah di dapat di tanah Jawa. Karena hal termudah dan termurah yang didapat adalah koin maka itulah yang digunakan dan menjadi alat untuk mempraktekkan kerokan.

Lain dari itu, bawang merah juga kerap digunakan untuk kerokan pada anak-anak. Menurut Prof. Dr. dr. Didik Gunawan Tamtomo, PAK, MM. M.Kes, kerokan dengan bawang menciptakan efek yang bermanfaat untuk melancarkan peredaran darah yaitu efek vasodilatasi, membuat orang yang dikerok dengan bawang menjadi lebih tenang. Tidak hanya itu kerokan dengan bawang juga lebih aman dan nyaman karena tidak menimbulkan nyeri seperti kerokan dengan koin. Demikian mengapa anak-anak Indonesia, bahkan dengan usia yang masih kecil sudah melakukan kerokan dan mendapatkan manfaat dari kerokan.

Adapun perbedaan yang cukup menonjol antara guasha di Tiongkok dan kerokan di Indonesia. Secara umum dan jelas diketahui kerokan hanya dilakukan sebagai pengobatan atau metode penyembuhan masuk angin. Namun untuk guasha, bukan hanya untuk pengobatan saja, namun untuk terapi dan metode kecantikan juga dapat dipraktekkan. Guasha memiliki kegunaan

yang lebih meluas daripada kerokan, dikarenakan guasha juga dapat dipraktekkan untuk terapi melemaskan otot yang pegal, bahkan sebagai metode kecantikan. Guasha merupakan teknik terapi yang dapat meningkatkan aliran darah dan melepaskan stagnasi, dengan memijat area wajah dapat membantu aliran darah pada wajah dan membuat otot wajah lebih tenang. Tidak hanya itu, guasha pada wajah dapat merangsang produksi kolagen dan elastin, ini dapat membantu menyamarkan garis halus dan juga membuat kulit jadi lebih kencang. Tentunya perlu diikuti dengan konsistensi dan rutinitas yang baik.

4. KESIMPULAN

Simpulan yang diperoleh yaitu dalam penelitian ini telah ditemukan beberapa persamaan pengobatan tradisional kerokan di Indonesia dan Tiongkok. Beberapa persamaan yang telah ditemukan yaitu, baik di Tiongkok dan di Indonesia, sama sama menggunakan Teknik yang sama yaitu menggesekan benda tumpul di atas permukaan kulit. Dalam penelitian ini juga telah ditemukan beberapa perbedaan pengobatan tradisional kerokan di Indonesia dan Tiongkok. Kerokan hanya dilakukan sebagai pengobatan atau metode penyembuhan masuk angin. Namun untuk guasha, bukan hanya untuk pengobatan saja, namun untuk terapi dan metode kecantikan juga dapat dipraktekkan. Berdasarkan respondennya terdapat 100% responden mengetahui apa itu kerokan, namun tidak banyak yang memahami apa itu guasha. Padahal teknik pengobatan kerokan merupakan pengadopsian dari teknik pengobatan tiongkok yaitu guasha.

DAFTAR PUSTAKA

- Linarwati. M., Azis . F., Maria .M. 2016. Studi Deskriptif. Pelatihan dan Pengembangan Sumberdaya Manusia Serta Penggunaan Metode Behavioral Event Interview Dalam Merekrut Karyawan Baru di Bank Cabang Kudus. *Journal of Management*. 2(2): 10-21.
- Mestika, Zed. 2023. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia. Jakarta.