



Implementasi Terapi Komplementer Bekam Pada Pasien Tekanan Darah Tinggi di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember

Sulhamdani Fadli Sutrisna¹, Wahyudi Widada²

^{1,2} Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Jember, Indonesia

Article Info

Article history:

Received July 20, 2025
Revised July 20, 2025
Accepted July 21, 2025

Kata Kunci:

Bekam,
Hipertensi,
Tekanan Darah,
Terapi Komplementer

Keywords:

Wet Cupping,
Blood Pressure,
Hypertension,
Complementary Therapy

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang ditandai oleh peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg secara persisten yang berisiko menimbulkan komplikasi serius seperti stroke dan gagal jantung. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang banyak digunakan adalah terapi komplementer bekam. Metode mengeluarkan darah kotor melalui sayatan kecil pada kulit setelah proses penghisapan dengan alat khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi implementasi terapi bekam pada pasien hipertensi di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember. Desain penelitian menggunakan studi kasus deskriptif pada seorang pasien dengan hipertensi. Data diperoleh melalui wawancara, observasi fisik, dokumentasi serta pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi. Terapi bekam dilakukan selama empat hari pada tujuh titik spesifik yaitu Al-Akhda'ain, Al-Kaahil, Al-Katifain, dan Al-Warik. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dari 144 mmHg menjadi 130 mmHg setelah intervensi hari pertama kemudian stabil pada rata-rata 140 mmHg hingga hari keempat. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi bekam berpotensi menjadi intervensi komplementer yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan desain eksperimental disarankan untuk memperkuat bukti ilmiah.

ABSTRACT

Hypertension was one of the chronic diseases characterized by a persistent increase in systolic blood pressure of ≥ 140 mmHg, which posed a risk of serious complications such as stroke and heart failure. One of the commonly used non-pharmacological approaches was complementary therapy in the form of wet cupping. This method involved removing stagnant blood through small incisions in the skin following suction with a special device. This study aimed to evaluate the implementation of wet cupping therapy in a hypertensive patient at Rumah Bekam Al-Kaahil Jember. The research employed a descriptive case study design involving a single patient diagnosed with hypertension. Data were collected through interviews, physical observations, documentation, and blood pressure measurements before and after the intervention. The wet cupping therapy was performed over four consecutive days at seven specific points, namely Al-Akhda'ain, Al-Kaahil, Al-Katifain, and Al-Warik. The findings showed a reduction in systolic blood pressure from 144 mmHg to 130 mmHg after the first day of intervention, followed by stabilization at an average of 140 mmHg through the fourth day. These results suggested that wet cupping therapy had the potential to serve as an effective complementary intervention in helping to lower blood pressure in hypertensive

patients. Further research with larger sample sizes and experimental designs was recommended to strengthen the scientific evidence.

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author:

Sulhamdani Fadli Sutrisna
Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Jember
Jember, Indonesia
Email: danisulham511@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi medis kronis yang ditandai oleh tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg yang terjadi secara persisten [1]. Penyakit ini menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan karena berkaitan erat dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal serta kematian dini. Pada tahap awal, hipertensi sering tidak menimbulkan gejala yang jelas sehingga dijuluki sebagai *silent killer* [2].

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022 ditemukan sekitar 22% populasi dewasa di dunia mengalami hipertensi. Namun hanya 42% dari penderita yang menyadari kondisi tersebut dan kurang dari 21% berhasil menjaga tekanan darahnya tetap terkontrol. Di kawasan Asia Tenggara, prevalensi hipertensi tercatat mencapai 25%, menempatkan wilayah ini sebagai salah satu dengan beban penyakit yang cukup besar. Sementara itu, hasil Riskesdas 2018 di Indonesia menunjukkan prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dari 25,8% pada tahun 2013 [2]. Di Provinsi Jawa Timur, jumlah penderita hipertensi dilaporkan melebihi 11 juta jiwa dengan proporsi perempuan lebih tinggi (51,17%) dibandingkan laki-laki (48,83%). Sayangnya, hanya 35,6% penderita yang rutin menjalani pengobatan sedangkan sisanya tidak terkontrol sehingga berpotensi menimbulkan komplikasi [3].

Hipertensi sering berkembang tanpa gejala selama bertahun-tahun sehingga sering tidak terdeteksi. Berbagai faktor risiko yang berperan antara lain asupan natrium yang tinggi, konsumsi alkohol, merokok, obesitas, stres, gaya hidup sedentari, usia lanjut serta faktor genetik [4]. Secara patofisiologis, hipertensi ditandai oleh aktivasi sistem saraf simpatis dan sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS) yang memicu vasokonstriksi, peningkatan volume intravaskular dan remodeling pembuluh darah. Selain itu, disfungsi endotel yang mengurangi bioavailabilitas nitric oxide (NO) turut memperparah peningkatan resistensi perifer (Asmah et.,al 2022)..

Penatalaksanaan hipertensi umumnya dengan pemberian obat antihipertensi seperti diuretik, beta-blocker, ACE inhibitor dan calcium channel blocker. Meskipun terapi ini efektif menurunkan tekanan darah, penggunaan jangka panjang sering disertai efek samping antara lain hipotensi ortostatik, hiperkalemia, gangguan fungsi ginjal serta penurunan kepatuhan pasien [6]. Oleh karena itu, pendekatan yang lebih holistik melalui terapi non-farmakologis semakin banyak mendapat perhatian sebagai strategi tambahan dalam pengelolaan hipertensi.

Salah satu intervensi non-farmakologis yang banyak diterapkan adalah terapi komplementer berupa bekam (*wet cupping*). Bekam merupakan teknik tradisional yang dilakukan dengan memberikan sayatan kecil pada kulit setelah proses penghisapan menggunakan cup untuk mengeluarkan darah stagnan atau “darah kotor” [7]. Secara fisiologis, terapi ini diyakini mampu meningkatkan mikrosirkulasi, menurunkan viskositas darah, memicu vasodilatasi melalui pelepasan endorfin serta menghambat aktivitas sistem saraf simpatis sehingga membantu menurunkan tekanan

darah. Selain itu, bekam juga diduga berkontribusi pada proses detoksifikasi dan perbaikan homeostasis tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian Annisa (2021) yang melaporkan penurunan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian terapi bekam dengan nilai $p < 0,001$.

Rumah Bekam Al-Kaahil Jember sebagai salah satu pusat pelayanan bekam di wilayah Jember merupakan lokasi yang potensial untuk penerapan terapi komplementer pada pasien hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas implementasi terapi bekam sebagai alternatif intervensi non-farmakologis pada penderita hipertensi. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan ilmiah bagi tenaga kesehatan dalam mengembangkan layanan komplementer bagi pasien hipertensi serta memberikan kontribusi pada upaya pengelolaan hipertensi berbasis masyarakat.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif untuk mengevaluasi implementasi terapi komplementer bekam pada pasien dengan hipertensi di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember. Desain ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang mendalam tentang proses pelaksanaan intervensi dan hasil yang diperoleh pada satu kasus secara holistik. Pendekatan studi kasus juga relevan dengan tujuan penelitian untuk mengeksplorasi dampak terapi bekam sebagai intervensi non-farmakologis terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Subjek dalam penelitian ini adalah Tn.S berusia 51 tahun yang telah terdiagnosis hipertensi primer. Pasien dipilih berdasarkan kriteria inklusi yaitu memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau diastolik ≥ 90 mmHg, tidak sedang mengonsumsi obat antihipertensi tidak memiliki kontraindikasi terhadap terapi bekam (seperti gangguan pembekuan darah, anemia berat, atau infeksi kulit) serta menyatakan persetujuan untuk mengikuti seluruh rangkaian prosedur penelitian dengan menandatangani informed consent.

Penelitian dilaksanakan di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember yang berlokasi di Perumahan Villa Tegal Besar Jember, Jawa Timur, selama bulan Mei hingga Juli 2025. Tempat ini dipilih karena merupakan fasilitas pelayanan kesehatan tradisional yang telah terdaftar dan memiliki tenaga terapis bekam bersertifikat. Prosedur penelitian terdiri dari tiga tahapan utama yaitu pengkajian awal, pelaksanaan terapi dan evaluasi hasil. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi lembar pengkajian pasien untuk pencatatan data demografis dan riwayat medis, sphygmomanometer digital untuk pengukuran tekanan darah, SOP terapi bekam serta lembar informed consent untuk mendapatkan persetujuan pasien.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah terapi bekam pada setiap sesi. Hasil pengukuran disajikan dalam bentuk tabel dan grafik untuk menggambarkan perubahan tekanan darah selama periode intervensi. Penelitian ini juga telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dengan nomor 0094/KEPK/FIKES/V/2025. Seluruh prosedur penelitian dilakukan sesuai dengan prinsip etik penelitian yang meliputi informed consent, menjaga kerahasiaan identitas pasien dan meminimalkan risiko terhadap subjek penelitian.

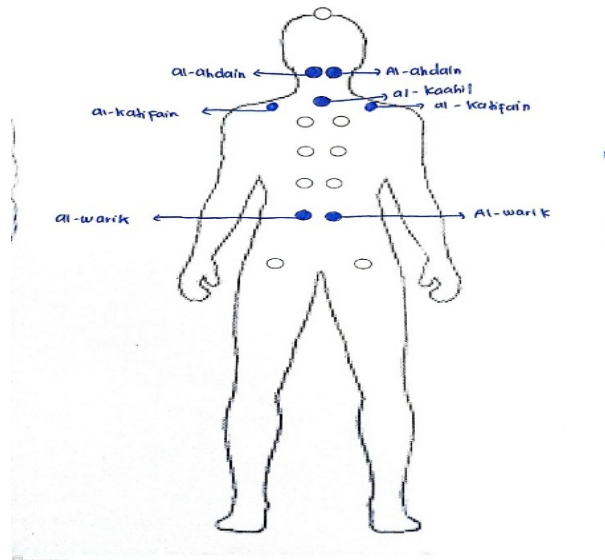
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Penelitian ini dilaksanakan pada seorang pasien perempuan berusia 50 tahun dengan diagnosis hipertensi primer yang menjalani terapi bekam selama empat hari berturut-turut di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember. Hasil penelitian dipaparkan berdasarkan tahapan pengkajian awal, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi hasil. Penelitian ini dilakukan pada Tn.S laki-laki berusia 51 tahun, berstatus menikah bekerja sebagai dosen dengan keluhan utama nyeri pada leher bagian belakang yang dirasakan seperti ditusuk, muncul setiap 5 jam sekali dan dipicu setelah mengonsumsi daging merah. Pasien juga mengeluhkan pusing, mual, pandangan kabur serta rasa tegang di bahu. Hasil pemeriksaan awal menunjukkan tekanan darah sistolik 144 mmHg, denyut nadi kuat, kolesterol 96 mg/dL, tinggi

badan 165 cm, berat badan 84 kg dan suhu tubuh 36,7°C. Pemeriksaan fisik tampak pasien meringis memegang leher sesekali dan menahan nyeri.

Berdasarkan pengkajian tersebut, diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah Nyeri Akut (D.0077) berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (inflamasi) ditandai dengan tekanan darah sistolik 144 mmHg, nyeri tekan pada leher, dan ekspresi pasien yang tampak menahan nyeri. Rencana intervensi difokuskan pada manajemen nyeri dengan teknik nonfarmakologis berupa terapi bekam basah pada tujuh titik sunnah (Al-Akhda'ain, Al-Kaahil, Al-Katifain, Al-Warik) yang dilakukan selama empat hari berturut-turut. Intervensi ini bertujuan untuk menurunkan intensitas nyeri dan tekanan darah pasien.



Gambar 1. 7 titik bekam
(Sumber : form pengkajian komplementer)

Selama empat hari pelaksanaan terapi bekam pada pasien, dilakukan pemantauan terhadap tanda-tanda vital dan respons subjektif pasien. Pada hari pertama 7 Juni 2025, tekanan darah pasien sebelum terapi tercatat 144 mmHg. Setelah menjalani terapi bekam selama kurang lebih 20 menit, tekanan darah menurun menjadi 130 mmHg. Area kulit bekas terapi tampak baik tanpa tanda-tanda iritasi atau perdarahan yang berlebihan. Pada hari kedua 8 Juni 2025 setelah terapi pada hari pertama tidak menunjukkan perubahan tekanan darah namun kembali meningkat tercatat 144 mmHg. Hari ketiga 9 Juni 2025 dan hari keempat 10 Juni 2025 tekanan darah pasien tetap stabil pada 140 mmHg. Pasien melaporkan adanya penurunan keluhan nyeri yang cukup signifikan dengan sedikit rasa pusing. Secara umum, terapi bekam selama empat hari tidak menimbulkan efek samping yang berarti dan disertai perbaikan subjektif pada keluhan pasien.

Setelah empat hari intervensi, terapi bekam menunjukkan dampak positif terhadap penurunan tekanan darah sistolik pasien terutama pada hari pertama.



Gambar 2. Grafik Penurunan Tekanan Darah Sistolik

Berdasarkan hasil grafik diatas menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik setelah diberikan intervensi terapi bekam selama 1 hari dan observasi lanjutan dari 7–10 Juni 2025. Pada tanggal 7 Juni 2025, tekanan darah sebelum intervensi tercatat 144 mmHg kemudian menurun menjadi 130 mmHg setelah diberikan terapi komplementer. Pada tanggal 8 Juni 2025 tekanan darah kembali naik ke 144 mmHg dan pada tanggal 9 dan 10 Juni 2025 tekanan darah sistolik sedikit menurun dan stabil di 140 mmHg.

3.2 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi implementasi terapi bekam sebagai intervensi komplementer pada pasien hipertensi primer. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dari 144 mmHg menjadi 130 mmHg pada hari pertama setelah terapi bekam, diikuti stabilisasi tekanan darah pada kisaran 140 mmHg pada hari-hari berikutnya serta peningkatan kenyamanan dan kualitas tidur.

Penurunan tekanan darah sistolik yang cukup signifikan pada hari pertama dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis terapi bekam. Bekam atau *wet cupping* adalah metode tradisional yang dilakukan dengan membuat sayatan kecil pada kulit setelah proses penghisapan sehingga darah stagnan atau “darah kotor” dapat dikeluarkan [8]. Secara teori, proses ini diyakini dapat memperbaiki sirkulasi darah, mengurangi viskositas darah serta menurunkan resistensi vaskuler perifer. Selain itu, pengeluaran darah yang mengandung senyawa proinflamasi dan oksidan membantu mengurangi beban kerja jantung.

Dari sisi neurofisiologi, terapi bekam juga menstimulasi saraf aferen sehingga memicu pelepasan endorfin, serotonin dan asetilkolin yang memberikan efek analgesik dan relaksasi. Efek relaksasi ini berkontribusi pada penurunan aktivitas sistem saraf simpatis yang diketahui berperan dalam peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi. Proses ini juga berpengaruh terhadap modulasi sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS) dengan menurunkan kadar angiotensin II yang bersifat vasokonstriktor [9].

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa bekam dapat memperbaiki homeostasis tubuh melalui efek mekanis dan neurohumoral. Menurut N. Asmah et al (2022) proses penghisapan pada bekam menciptakan kondisi hipoksia lokal ringan yang kemudian memicu vasodilatasi kompensasi dan memperlancar aliran darah. Studi yang dilakukan oleh Sucipto et al. (2023) juga mendukung temuan ini, di mana terapi bekam pada pasien hipertensi primer secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik ($p < 0,001$) setelah dua kali sesi terapi.

Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan manfaat terapi bekam, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Studi ini hanya melibatkan satu pasien sehingga tidak dapat digeneralisasi ke populasi yang lebih luas. Selain itu, faktor eksternal seperti pola makan, tingkat stres, dan aktivitas fisik pasien tidak sepenuhnya dikendalikan.

Oleh karena itu, diperlukan penelitian lanjutan dengan desain kuasi-eksperimental atau uji klinis acak dengan jumlah sampel yang lebih besar untuk mengevaluasi efektivitas terapi bekam secara lebih robust. Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan gambaran bahwa terapi bekam berpotensi menjadi intervensi komplementer yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi sekaligus meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien. Hasil ini mendukung integrasi terapi komplementer ke dalam praktik keperawatan holistik terutama pada pasien yang memilih pendekatan non-farmakologis atau yang memiliki keterbatasan dalam penggunaan obat antihipertensi.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi bekam sebagai intervensi komplementer pada pasien hipertensi primer memberikan dampak positif dalam menurunkan tekanan darah sistolik, terutama pada hari pertama terapi dengan penurunan dari 144 mmHg menjadi 130 mmHg. Meskipun pada hari-hari berikutnya tekanan darah tidak mengalami penurunan lanjutan yang signifikan, terapi ini membantu menjaga stabilitas tekanan darah pada kisaran 140 mmHg. Selain itu, pasien juga melaporkan penurunan intensitas nyeri, peningkatan rasa rileks, serta tidak ditemukan efek samping serius selama pelaksanaan intervensi. Temuan ini mendukung potensi terapi bekam sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam pengelolaan hipertensi, terutama sebagai alternatif non-farmakologis untuk meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien. Namun, karena penelitian ini hanya melibatkan satu kasus, diperlukan studi lanjutan dengan jumlah sampel yang lebih besar dan desain penelitian yang lebih kuat untuk memastikan efektivitas dan keamanan terapi bekam pada populasi yang lebih luas.

REFERENSI

- [1] A. Suhaela and F. Indah, "Terapi Bekam Terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Hipertensi di Wilayah Pesisir : Studi Kasus," *Madago Nurs. J.*, vol. 3, no. 1, pp. 50–56, 2021.
- [2] A. Jatimi, P. Olwan, Y. Amilia, and M. Hidayat, "Penerapan Prosedur Terapi Bekam Basah Pada Pasien Ansietas," *Indones. Heal. Sci. J.*, vol. 2, no. 2, pp. 57–63, 2022, doi: 10.52298/ihsj.v2i2.30.
- [3] I. Hadi, L. Rosyanti, M. Saranani, and A. S. Yakub, "Evaluation of Complementary Cupping Therapy in the Management of Hypertension and Triglyceride Levels in Coastal Fishermen Communities," *Public Heal. Indones.*, vol. 10, no. 2, pp. 237–246, 2024, doi: 10.36685/phi.v10i2.806.
- [4] Z. S. R. Annisa, "Efektifitas Terapi Bekam Pada Penderita Hipertensi:," vol. 1, no. 109, pp. 36–41, 2021.
- [5] N. S. Y. R. A. Asmah, "Penerapan Terapi Alternatif Komplementer Bekam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi: Tinjauan Literatur," *J. Keperawatan*, vol. 14, no. 3, pp. 855–862, 2022.
- [6] M. Pasaribu, "Complementary cupping effectively lowers blood pressure in hypertension," *Sci. Midwifery*, vol. 11, no. Jun 2023, 2023.
- [7] L. K. Wu *et al.*, "The efficacy and safety of cupping as complementary and alternative therapy for metabolic syndrome: A systematic review and meta-analysis," *Med. (United States)*, vol. 102, no. 13, p. E33341, 2023, doi: 10.1097/MD.00000000000033341.
- [8] L. Jeni, T. Tahiruddin, and C. H. Rosjidi, "The Effectiveness of Wet Cupping Complementary Therapy to Decrease Blood Pressure in Hypertension Patients at Kolaka," *Klasics*, vol. 3, no. 02, pp. 23–32, 2023, doi: 10.46233/klasics.v3i02.1025.
- [9] I. Y. Khomsah and R. D. Nurani, "Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi The Effect of Cupping Therapy on Reducing Blood Pressure in Hypertensive

- Patients,” vol. 6, pp. 12–18, 2024.
- [10] N. Asmah, Y. Syam, and R. Arafat, “Penerapan Terapi Alternatif Komplementer Bekam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi: Tinjauan Literatur,” *J. Keperawatan*, vol. 14, no. September, pp. 855–862, 2022.
- [11] A. Sucipto, S. Rahayu, and J. Iskandar, “Efektifitas Terapi Komplementer Bekam Dan Hipnoterapi Terhadap Tekanan Darah Dan Tanda Gejala Pada Penderita Hipertensi,” *Bima Nurs. J.*, vol. 5, no. 1, pp. 65–76, 2023.