

Received: 25-02-2026

Accepted: 27-02-2026

Published: 27-02-2026

Pemberian Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Penderita Hipertensi Di Klinik Zein Holistik Terapi Makassar

Dartiana

Universitas Kurnia Jaya Persada

*E-mail korespondensi: dartiana6@gmail.com

Risnawati

Universitas Kurnia Jaya Persada

Santi

Universitas Kurnia Jaya Persada

Abstrak

Di Indonesia banyak masyarakat tidak menyadari sebagai penderita hipertensi sehingga mereka cenderung menjadi hipertensi berat. Dalam mencegah komplikasi, salah satu penanganan hipertensi dapat dilakukan pengobatan terapi non farmakologis melalui terapi bekam, namun banyak masyarakat masih menduga bahwa bekam itu sesuatu yang membuat permasalahan pada berbagai fisik atau dapat menimbulkan efek samping pada fisik seperti nyeri, memar dan rasa tidak nyaman setelah dibekam. Tujuan Umum dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dan meningkatkan kesadaran dan pemahaman manfaat terapi komplementer yaitu bekam basah. Metode yang digunakan dalam Pengabdian kepada Masyarakat ini yaitu *implementasi* bekam basah. Peserta pengabdian masyarakat adalah penderita hipertensi dengan jumlah peserta 23 orang. Hasil didapatkan kategori prehipertensi sebanyak 34%, hipertensi derajat 1 sebanyak 39% dan hipertensi derajat 2 sebanyak 26%. Tekanan darah sistolik sebelum terapi bekam mempunyai nilai mean 154,09 mmHg dan Tekanan darah diastolik sebelum terapi mempunyai nilai mean 97,91 mmHg. Harapan kepada masyarakat diperlukan pengendalian tekanan darah dengan rutinitas bekam basah, serta pengkajian lebih lanjut, monitoring dan pemberian bekam basah yang tepat oleh terapis.

Kata Kunci: Bekam Basah, Hipertensi

Abstract

In Indonesia, many people are unaware that they suffer from hypertension, so they tend to develop severe hypertension. To prevent complications, one of the treatments for hypertension can be non-pharmacological therapy through cupping therapy, but many people still assume that cupping is something that causes various physical problems or can cause physical side effects, such as pain, bruising and discomfort after cupping. The general

objective of this community service is to lower blood pressure in hypertension sufferers and increase awareness and understanding of the benefits of complementary therapy, namely wet cupping. The method used in this Community Service is the Implementation of wet cupping. The community service participants were 23 people with hypertension. The results obtained were the prehypertension category of 34%, grade 1 hypertension of 39% and grade 2 hypertension of 26%. Systolic blood pressure before cupping therapy had a mean value of 154.09 mmHg and diastolic blood pressure before therapy had a mean value of 97.91 mmHg. The public hopes that regular wet cupping therapy will require blood pressure control, as well as further assessment, monitoring, and appropriate wet cupping therapy by therapists.

Keywords: *Wet Cupping, Hypertension*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit silent killer karena seringkali tanpa gejala, kebanyakan penderita tidak menyadari bahwa tekanan darahnya tinggi dan tidak dapat mengendalikan gaya hidup yang tidak sehat (Susanti, 2019). Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang mempengaruhi jutaan orang dan merupakan pencetus penyakit jantung dan stroke serta menjadi penyebab utama kematian di seluruh Dunia (Whelton, P. K., et al., 2018).

Data World health organization (WHO) menyebutkan, jumlah penderita hipertensi pada Tahun 2015 menjadi 1,13 miliar dan Tahun 2021 menjadi 1,28 miliar. Prevalensi hipertensi secara Global untuk saat ini sebesar 22% dari total populasi Dunia, hipertensi tertinggi yaitu ada pada Afrika sebesar 27%, Kemudian Asia Tenggara 25% dengan menempati urutan ke-3 dari total populasi. Data ini dapat dikatakan bahwa hipertensi masih menjadi ancaman bagi masyarakat di Dunia (WHO, 2021).

Menurut Kementerian Kesehatan RI Tahun (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia pada kelompok usia 60 Tahun ke atas adalah sebesar 63,6%. Namun, data terbaru mengenai prevalensi hipertensi di Indonesia dapat dilihat pada Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) Tahun 2020 yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS). Hasil survei menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada di Indonesia mencapai 67,9%.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi hipertensi terukur pada penduduk usia ≥ 18 tahun di Sulawesi Selatan adalah 31,7%, menempatkannya sebagai salah satu provinsi dengan angka hipertensi tinggi di Indonesia, di mana prevalensi nasional mencapai 34,1%. Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari 1 dari 3 penduduk dewasa di Sulsel memiliki tekanan darah tinggi, dengan prevalensi yang meningkat pada kelompok usia lebih tua, seperti 45-54 tahun (45,3%) dan 55-64 tahun (55,2%). Kota Makassar mencatat prevalensi hipertensi tertinggi di provinsi tersebut dengan 290.247 kasus (Riskesdas SulSel, 2018).

Komplikasi tekanan darah tinggi jika tidak diobati, maka pada otak dapat mengakibatkan pembuluh darah tersumbat, sehingga menyebabkan stroke. Dalam mencegah komplikasi, salah satu penanganan hipertensi dapat dilakukan pengobatan terapi non farmakologis melalui terapi bekam, namun banyaknya masyarakat masih menduga bahwa bekam itu sesuatu yang membuat permasalahan pada berbagai fisik atau dapat menimbulkan efek samping pada fisik, seperti nyeri, memar dan rasa tidak nyaman setelah

dibekam (Lainadi, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Pratama, et al (2018) yang melakukan penelitian pada pasien hipertensi dengan dua kelompok yang berbeda, dan waktu bekam yang berbeda yaitu 15-30 menit dan terjadi perbedaan hasil. Keduanya terbukti bisa menurunkan tekanan darah namun, hanya pada tekanan darah sistolik saja, pada diastolnya tidak berpengaruh. Terapi bekam basah yang merupakan metode pengobatan tradisional dengan cara mengeluarkan darah kotor dari tubuh. Terapi bekam basah ini dipercaya dapat menurunkan tekanan darah melalui mekanisme pengeluaran darah kotor dari tubuh. Sebuah studi yang meneliti efek terapi bekam basah pada konsentrasi lipid serum. Hasilnya memberikan bukti bahwa bekam basah dapat mempengaruhi berbagai parameter kesehatan, termasuk tekanan darah (Farhadi, K., et al., 2020).

Oleh karena itu, tim pengabdian masyarakat merekomendasikan bahwa penting untuk memberikan bekam basah dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, serta meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat akan manfaat terapi komplementer yang berbasis bukti.

METODOLOGI

Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini *quasi eksperimental* yaitu kombinasi edukasi dan praktek bekam. Metode pelaksanaan kegiatan melalui pendekatan analisis kondisi wilayah sasaran dilanjutkan identifikasi masalah, pre intervensi, melaksanakan intervensi dan evaluasi. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Klinik Zein Holistik Terapi Makassar pada bulan Januari 2026 dengan dengan peserta penderita tekanan darah tinggi (Hipertensi). Pada skrining pemeriksaan tekanan darah (tensi) dan wawancara riwayat kesehatan untuk memastikan peserta layak mendapatkan bekam basah. Penderita hipertensi diutamakan pra-hipertensi hingga hipertensi derajat 1 yang bersedia mengikuti tindakan. Namun dalam kegiatan ini terdapat peserta kategori pre hipertensi dan hipertensi derajat 2. Menjelaskan manfaat bekam basah dan mekanisme penurunan tekanan darah melalui terapi komplementer dan dilanjutkan dengan intervensi serta evaluasi pengukuran tekanan darah. Dalam kegiatan ini dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi Pemberian Bekam Basah dilakukan pada tanggal 17 Januari 2026, di Klinik Zein Holistik Terapi Makassar dengan jumlah peserta 23 orang. Kegiatan ini melibatkan staf klinik agar dalam pelaksanaannya dapat tercapai solusi yang diharapkan dengan efektif. Pengabdian masyarakat melibatkan metode skrining awal, menjelaskan manfaat bekam, demonstrasi oleh praktisi terlatih, dan pelaksanaan bekam basah oleh tim dosen. Pemeriksaan tekanan darah merupakan skrining paling penting sebelum bekam. Bekam dapat dilakukan jika tekanan darah dalam batas wajar atau hipertensi ringan/terkontrol (sistolik <160-170 mmHg dan diastolik <100 mmHg). Jika tekanan darah sangat tinggi (hipertensi krisis, sistolik >180-200 mmHg, bekam harus ditunda hingga tekanan darah sistolik < 180-200 mmHg. Pasien dilakukan pengukuran tekanan darah pasca bekam setelah beristirahat selama 5-10 menit.



Gambar 1. Pengukuran Tekanan Darah



Gambar 2. Proses Bekam basah

A. Karakteristik Peserta

Karakteristik penderita hipertensi pengabdian masyarakat berdasarkan jenis kelamin dan riwayat penyakit lain:

Tabel 1. Karakteristik Penderita Hipertensi (N=23)

Faktor Risiko	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	8	35%
	Perempuan	15	65%
Riwayat Penyakit lain	Penyakit jantung coroner	4	17%
	Asam urat	8	35%
	Tidak memiliki riwayat penyakit	11	48%

Tabel 1 menunjukkan karakteristik penderita hipertensi berdasarkan jenis kelamin diketahui bahwa terbanyak yaitu jenis kelamin perempuan 65%, dan memiliki Riwayat penyakit lain kategori tertinggi ditemukan tidak memiliki riwayat penyakit 48%.

Tabel 2. Identifikasi Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum dan setelah terapi bekam basah (N=23)

Kategori	TDS/TDD (mmHg)	Sebelum Bekam		Setelah Bekam	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%
Normal	<120/80	0		7	30%
Prehipertensi	120-139/80-89	8	34%	9	39%
Hipertensi Derajat 1	140-159/90-99	9	39%	4	17%
Hipertensi Derajat 2	≥ 160/ ≥ 100	6	26%	3	13%
Total		23	100%	23	100%

Tabel 2 menunjukkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi sebelum bekam yang terbanyak hipertensi derajat 1 yaitu 40-159/90-99 berjumlah 9 (39%), sedangkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi setelah bekam yang terbanyak yaitu prehipertensi 120-139/80-89 berjumlah 9 (39%).

B. Analisis Deskriptif Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Setelah Pemberian Bekam Basah Pada Pasien Penderita Hipertensi

Tabel 3. Analisis Deskriptif Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Setelah Pemberian Bekam Basah Pada Pasien Penderita Hipertensi

Kategori	Mean	Min-Max	Std. Deviation
Tekanan darah <i>sistolik</i> sebelum	154,09	141-180	10,762
Tekanan darah <i>sistolik</i> setelah	123,78	119-133	3,861
Tekanan darah <i>diastolik</i> sebelum	97,91	89-111	6.868
Tekanan darah <i>diastolik</i> setelah	81,70	77-90	3.890

Tabel 3 menunjukkan tekanan darah sistolik sebelum terapi bekam mempunyai nilai mean 154,09 mmHg, rentang 141–180 mmHg, dan Standar Deviasi 10,762 mmHg. Setelah terapi, nilai mean menjadi 123,78 mmHg, rentang 119–133 mmHg, dan Standar Deviasi 3,861 mmHg. Tekanan darah diastolik sebelum terapi mempunyai nilai mean 97,91 mmHg, rentang 89–111 mmHg, dan Standar Deviasi 6,868 mmHg. Setelah terapi, nilai mean menjadi 81,70 mmHg, rentang 77–90 mmHg, dan Standar Deviasi 3,890 mmHg.

Mayoritas pasien mempunyai tekanan darah tinggi atau didiagnosis hipertensi sebelum menerima terapi bekam, yang membuktikan bahwa meskipun mereka telah menerima pengobatan antihipertensi, penyakit tersebut tidak dikelola secara optimal. Menurut penelitian, terdapat perbedaan prevalensi hipertensi merujuk pada gender, dengan sebagian besar pasien perempuan mempunyai tekanan darah tinggi. Gaya hidup, risiko kardiovaskular, dan variasi hormonal merupakan variabel yang berkontribusi. sebab estrogen membantu menjaga fleksibilitas pembuluh darah dan mengurangi peradangan, kadar estrogen yang rendah selama menopause meningkatkan risiko hipertensi. Selain itu, wanita lebih mungkin berisiko sebab hal-hal di antaranya pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya latihan fisik, yang bisa menyebabkan sejumlah masalah kesehatan

(Nurhidayah, M., dkk, 2025).

Mayoritas pasien mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan hingga mencapai tingkat normal setelah mendapatkan terapi bekam basah. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dendy., dkk, 2022 mengemukakan bahwa terapi bekam basah memengaruhi tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Terapi ini dapat menjadi terapi alternatif dan komplementer dalam pengobatan dan pengendalian hipertensi. Selain efektivitas dan manfaatnya dalam mekanisme pengaturan tekanan darah, terapi ini juga dapat meningkatkan kemampuan pasien untuk memanfaatkan terapi tradisional yang ada guna membantu mencegah efek samping akibat penggunaan terapi medis.

Terapi bekam khususnya bekam basah, efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan penurunan rata-rata sistolik hingga 33-41 mmHg. Mekanismenya melibatkan pengeluaran darah kotor/racun, peningkatan sirkulasi, serta efek relaksasi yang merangsang saraf otonom. Bekam aman digunakan bersama obat konvensional (Siregar, M., 2020).

Dengan adanya pengabdian masyarakat ini masyarakat menyadari dan manfaat terapi bekam dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Sebagai terapi komplementer, bekam dapat menjadi alternatif yang efektif untuk pengelolaan hipertensi.

KESIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat berupa kegiatan pemberian bekam basah terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, masyarakat yang hadir begitu antusias dalam mengikuti kegiatan.

Didapatkan kategori prehipertensi sebanyak 34%, hipertensi derajat 1 sebanyak 39% dan hipertensi derajat 2 sebanyak 26%. Terdapat perubahan tekanan darah sebelum dan setelah bekam basah Dimana tekanan darah sistolik sebelum terapi bekam mempunyai nilai mean 154,09 mmHg dan Tekanan darah diastolik sebelum terapi mempunyai nilai mean 97,91 mmHg.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Universitas Kurnia Jaya Persada yang sudah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, seluruh peserta, mitra, dan semua orang yang terlibat dalam proses pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat sehingga sehingga dapat berjalan dengan lancar.

REFERENSI

- Annisa, dkk. (2021) 'Efektivitas Terapi Bekam Pada Penderita Hipertensi: Studi Literatur', *Nursing Informatin Journal: Nomer 1, Volume 1, Halaman 36-34*.
- Apriliani, I.M. et al. (2021) 'Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review', *Citizen-Based Marine Debris Collection Training: Study case in Pangandaran, 2(1), pp. 56-61*.
- Billy Bisnu, Isra, K.M. (2017) 'Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di puskesmas Ranomuut Kota Manado', *E-journal Keperawatan*
- Dendy, K., dkk. (2022) 'Effect of wet cupping therapy on blood pressure in hypertensive patient: Riset Informasi Kesehatan. DOI: 10.30644/rik.v11i2.718
- Dharma (2011) *Metodologi Penelitian Keperawatan*. 1st edn, pedoman melaksanakan dan

merapkan hasil penelitian. 1st edn. 2011. Available at: www.transinfotim.blogspot.com.

Ikhwan, M. (2015) 'Hubungan Faktor Pemicu Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi', Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal, 000, pp. 1–11.

Kemkes RI (2013) 'Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi (Technical Guidelines for the Discovery and Management of Hypertension)'. Jakarta: 2013, p. 30. Available at: <https://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/pedoman-teknis-penemuandan-tatalaksana-hipertensi>.

Kemkes RI (2018) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018', Kementrian Kesehatan RI, 53(9), pp. 1689–1699.

Nur Asmah, Yuliana Syam, R.A. (2022) 'Penerapan Terapi Alternatif Komplementer Bekam Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi', Jurnal Keperawatan, 14(September), pp. 855–862.

Nurhidayah, M., dkk. (2025) 'pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi': Quality Journal Kesehatan. DOI: 10.36082/qjk.v19i2.2305

Patonah, P., Marlioni, L. and Mulyani, Y. (2019) 'Edukasi Pola Hidup Sehat Kepada Masyarakat Di Kelurahan Manjahlega Kota Bandung Dalam Menanggulangi Obesitas Sebagai Faktor Resiko Penyakit Kardiovaskular', Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 3(2), pp. 354–361.

Available at: <https://doi.org/10.32696/ajpkm.v3i2.290>.

PBI (2021) Panduan Pengajaran Bekam Perkumpulan Bekam Indonesia.

Prasetya, C.H. (2015) 'Efektifitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan keluarga tentang hipertensi', Journal of Mutiara Medika, 15(1), pp. 67–74.

Rahmadhani, D.Y. (2021) 'Pengaruh Terapi Bekam Basah terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi', Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 10(2), p. 469. Available at: <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.418>.

Rikesdas SulSel (2018) 'Profil Kesehatan Banten', Profil Kesehatan Banten, 1(6), pp. 8–11. Yogie Bagus Pratama, Hanny Rasni, W. (2018) 'Pengaruh Terapi Bekam Kering Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di PSTW JEMBER', the indonesian journal of health science, (September), pp. 94–101. Ministry of Health. (2018). Data dan Informasi - Profil Kesehatan Indonesia (Data and Information - Indonesia Health Profil). 1–184. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>

Nugroho, A. S., Astutik, E., & Tama, T. D. (2022). Risk Factors for Coronary Heart Disease in Productive Age Group in Indonesia Risk Factors for Coronary Heart Disease in Productive Age Group in Indonesia. *Malasyian Journal of Medicine and Health Sciences*, March. <https://www.researchgate.net/publication/359938073>

Teo, W. P., & Chew, E. (2014). Is motor-imagery brain-computer interface feasible in stroke rehabilitation? *PM and R*, 6(8), 723–728. <https://doi.org/10.1016/j.pmrj.2014.01.006>