



EFEKTIFITAS TERAPI BEKAM BASAH TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK KOMPLEMENTER DAWAN USADHA

I Wayan Antariksawan¹, I Wayan Suardana², Kadek Yudi Aryawan³, Gede Budi Widiarta⁴, Ni Luh Seri Astuti⁵, Ni Putu Ika Novita Gunawan⁶

¹³⁴⁵ Prodi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, STIKES Buleleng, Bali

²Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, Bali

⁶Faculty of Health Sciences, Universitas Singaperbangsa Karawang, Jawa Barat
iwayanantarkawan@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi dan berkontribusi besar terhadap morbiditas serta mortalitas akibat komplikasi kardiovaskular. Kondisi ini sering disertai gangguan metabolismik seperti peningkatan kadar kolesterol yang memperberat risiko penyakit jantung. Terapi komplementer, salah satunya bekam basah, mulai banyak digunakan sebagai alternatif pendukung pengendalian hipertensi dan dislipidemia. Penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas terapi bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Komplementer Dawan Usadha. Penelitian menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Sampel terdiri dari 53 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengukuran kadar kolesterol serta tekanan darah sistolik dan diastolik dilakukan sebelum dan sesudah intervensi terapi bekam basah. Analisis data dilakukan menggunakan *Uji Paired T-Test*. Hasil analisis menunjukkan adanya penurunan bermakna pada kadar kolesterol (mean penurunan 18,00; p = 0,001), tekanan darah sistolik (mean penurunan 15,49; p = 0,001), dan diastolik (mean penurunan 5,11; p = 0,001). Disimpulkan bahwa terapi bekam basah efektif menurunkan kadar kolesterol dan tekanan darah pada pasien hipertensi, sehingga berpotensi menjadi intervensi komplementer dalam manajemen hipertensi berbasis keperawatan holistik.

Kata Kunci: Bekam Basah, Kolesterol, Tekanan Darah, Hipertensi, Komplementer

Abstract

Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence and contributes significantly to morbidity and mortality due to cardiovascular complications. This condition is often accompanied by metabolic disorders such as elevated cholesterol levels, which exacerbate the risk of heart disease. Complementary therapies, one of which is wet cupping, are increasingly being used as an alternative support for controlling hypertension and dyslipidemia. This study aims to analyze the effectiveness of wet cupping therapy on reducing cholesterol levels and blood pressure in hypertensive patients at the Dawan Usadha The Holistic Nursing & Home Care Complementary Clinic. The study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 53 respondents selected using a purposive sampling technique. Measurements of cholesterol levels and systolic and diastolic blood pressure were taken before and after the wet cupping therapy intervention. Data analysis was performed using a Paired T-Test. The analysis results showed a significant decrease in cholesterol levels (mean decrease 18.00; p = 0.001), systolic blood pressure (mean decrease 15.49; p = 0.001), and diastolic blood pressure (mean decrease 5.11; p = 0.001). It was concluded that wet cupping therapy is effective in reducing cholesterol levels and blood pressure in hypertensive patients, thus having the potential to be a complementary intervention in holistic nursing-based hypertension management.

Keywords: Wet Cupping, Cholesterol, Blood Pressure, Hypertension, Complementary

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2026

* Corresponding author : I Wayan Antariksawan

Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng

Email : iwayanantarkawan@gmail.com

Phone : 082145834130

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi medis yang didefinisikan dengan tekanan darah tinggi yang terus-menerus. Pada hipertensi, tekanan darah tinggi (sistolik > 140 mmHg dan diastolik > 90 mmHg) setelah dilakukan pengukuran yang terpisah (Fadhilah et al., 2022). Salah satu penyakit tidak menular yang sedang meningkat adalah hipertensi, tantangan tersendiri mengingat tingginya jumlah penduduk yang mengidap penyakit ini. Seiring meningkatnya usia biasanya rentan terkena penyakit dikarenakan secara perlahan mulai berkurangnya fungsi fisiologis tubuh serta imunitas tubuh yang memicu timbulnya penyakit hipertensi (Yulianti et al., 2022).

Gejala hipertensi dapat bervariasi, mulai dari tidak ada gejala sama sekali hingga mengalami sakit kepala ringan atau gejala lain yang mirip dengan kondisi medis lainnya. Sakit kepala, pusing, jantung berdebar, kelelahan ekstrem, gangguan penglihatan, tinnitus (telinga berdenging), dan mimisan adalah beberapa gejala yang mungkin timbul (Maulana, 2022).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO), hipertensi menempati peringkat tinggi di antara penyebab utama kematian dini di dunia. Hipertensi memengaruhi lebih dari 1,56 miliar populasi dewasa pada tahun 2020. Setiap tahun, hipertensi menyebabkan hampir 8 juta kematian di seluruh dunia. Diperkirakan pada tahun 2025, jumlah orang yang mengalami hipertensi akan mencapai 1,5 miliar, dan sekitar 9,4 juta orang akan meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi, termasuk di Indonesia (Kario et al., 2024).

Berdasarkan hasil laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 29,2%. Prevalensi tertinggi terdapat di Kalimantan Tengah sebesar 38,7%, sedangkan yang terendah ada di Papua Pegunungan dengan persentase 19,4%. Kasus hipertensi tercatat sebanyak 64,0% pada kelompok usia >75 tahun, 57,8% pada usia 65-74 tahun, dan 49,5% pada kelompok usia 55-64 tahun (Kemenkes RI, 2024).

Dilihat dari Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2024 data perlu diketahui bahwa di antara orang dewasa di Provinsi Bali, perempuan memiliki insiden hipertensi lebih besar (50,38%) dibandingkan laki-laki (49,62%). Tiga Kabupaten dengan kasus hipertensi terbanyak adalah kabupaten Tabanan dengan 131.099 kasus, diikuti kabupaten Jembrana 68.413 kasus, dan kabupaten Buleleng 43.597 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2025).

Gejala hipertensi seringkali tidak disadari oleh penderita, sehingga bisa secara diam-diam meningkatkan risiko kematian, sehingga sering disebut sebagai "*"silent killer"*". Ada dua kelompok besar faktor yang memengaruhi prevalensi

penyakit kardiovaskular pada orang tua: faktor yang tidak dapat diubah, seperti jenis kelamin, usia, dan genetika, dan faktor yang dapat diubah, seperti merokok, aktivitas fisik, status merokok, garam, kopi, alkohol, lemak, kelebihan berat badan, dan penyakit penyerta (Rosa et al., 2023).

Terapi bekam basah telah dilaporkan memberikan efek sistemik berupa peningkatan rasa nyaman dan relaksasi, yang berkaitan dengan peningkatan produksi opioid endogen di otak sehingga membantu pengendalian nyeri. Selain itu, bekam berperan dalam mengeluarkan zat-zat berbahaya dari mikrosirkulasi kulit dan kompartemen interstisial, yang memberikan manfaat terapeutik bagi pasien (Kharisna et al., 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terapi bekam mampu menurunkan kadar kolesterol total serta memperbaiki rasio lipoprotein, khususnya penurunan LDL dan peningkatan HDL, sehingga berpotensi menurunkan risiko kardiovaskular (Sulhan et al., 2024).

Dari aspek imunologis, terapi bekam basah diketahui dapat memengaruhi komposisi sel darah lokal, ditandai dengan penurunan jumlah limfosit dan peningkatan neutrofil pada area pembekaman. Perubahan ini berkontribusi terhadap mekanisme pertahanan tubuh, termasuk efek antivirus dan penurunan persepsi nyeri. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa bekam basah tidak hanya bekerja secara lokal, tetapi juga memberikan dampak sistemik yang mendukung perbaikan kondisi fisiologis pasien, termasuk pada gangguan metabolismik dan kardiovaskular (Jeni et al., 2023).

Secara fisiologis, proses pembekaman menyebabkan kerusakan mikro pada sel mast yang memicu pelepasan mediator kimia seperti serotonin, histamin, bradikinin, prostaglandin, dan prostasiklin. Pelepasan zat-zat ini menimbulkan dilatasi kapiler dan arteriol, baik di area pembekaman maupun pada lokasi yang lebih jauh, sehingga memperbaiki mikrosirkulasi pembuluh darah. Efek vasodilatasi dan relaksasi otot yang dihasilkan berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah, sekaligus mendukung perbaikan metabolisme lipid, sehingga terapi bekam basah berpotensi efektif dalam menurunkan kadar kolesterol dan tekanan darah secara bersamaan (Rahmadhani, 2021).

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya telah melaporkan manfaat terapi bekam basah dalam menurunkan tekanan darah maupun profil lipid, sebagian besar studi tersebut masih memiliki keterbatasan, antara lain dilakukan pada setting komunitas atau fasilitas non-klinis, menggunakan desain *quasi-eksperimental* dengan jumlah sampel yang relatif kecil, serta umumnya hanya menilai satu parameter klinis secara terpisah, seperti tekanan darah atau kadar kolesterol saja. Selain itu, penelitian yang

dilakukan pada layanan kesehatan komplementer formal masih terbatas, sehingga bukti ilmiah dalam konteks praktik klinik komplementer belum kuat. Penelitian ini memiliki keunggulan karena dilakukan pada setting klinik komplementer profesional, yaitu Klinik Komplementer Dawan Usadha, serta mengkaji secara simultan pengaruh terapi bekam basah terhadap dua parameter penting risiko kardiovaskular, yaitu kadar kolesterol dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris yang lebih komprehensif dan aplikatif dalam praktik keperawatan komplementer. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis efektivitas terapi bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Komplementer Dawan Usadha.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest design untuk mengetahui perubahan kadar kolesterol dan tekanan darah setelah pemberian terapi bekam basah tanpa kelompok kontrol. Seluruh responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi ditempatkan dalam satu kelompok perlakuan, dengan pengukuran dilakukan sebelum (*pretest*) dan setelah intervensi (*posttest*).

Sampel penelitian adalah pasien hipertensi yang berobat di Klinik Komplementer Dawan Usadha yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu terdiagnosis hipertensi oleh dokter, memiliki kadar kolesterol di atas normal, bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani informed consent, tidak memiliki kontraindikasi terapi bekam, dan mampu berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi meliputi pasien hamil atau menyusui, mengonsumsi obat tertentu yang memengaruhi kadar kolesterol dan tekanan darah, memiliki penyakit kronis lain, gangguan perdarahan atau kelainan kulit, serta tidak dapat mengikuti seluruh rangkaian penelitian.

Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel 53 responden yang ditentukan menggunakan rumus slovin ($e = 5\%$). Analisis perbedaan nilai pretest dan posttest dilakukan setelah uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov*, data berdistribusi normal dianalisis dengan *Paired T-Test*, sedangkan data tidak normal dianalisis dengan uji *Wilcoxon*. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dengan nomor 791/EC-KEPK-SB/X/2024, dan seluruh responden telah diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, serta risiko penelitian dan menandatangani lembar persetujuan ikut serta (*informed consent*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi dan persentase berdasarkan karakteristik responden

No.	Variabel	Jumlah	Persentase
1	Usia		
	< 40 Tahun	19	35,8%
2	> 40 Tahun	34	64,2%
	Jenis Kelamin		
3	Laki-laki	14	26,4%
	Perempuan	39	73,6%
4	Pendidikan		
	SD	2	3,8%
	SMP	10	18,9%
	SMA	36	67,9%
	Perguruan Tinggi	5	9,4%
4	Pekerjaan		
	PNS	3	5,7%
	Petani	5	9,4%
	Swasta	33	62,3%
	Wirausaha	12	22,6%

Berdasarkan tabel distribusi responden, mayoritas responden berada pada kelompok usia > 40 tahun yaitu sebanyak 34 orang (64,2%). Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 orang (73,6%). Tingkat pendidikan responden paling banyak adalah SMA dengan jumlah 36 orang (67,9%), sedangkan berdasarkan pekerjaan, mayoritas responden bekerja di sektor swasta yaitu sebanyak 33 orang (62,3%).

Tabel 2. Karakteristik Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Intervensi

Kategori	Pre-test		Post-test	
	Kolesterol F	%	Kolesterol F	%
Normal	0	0	10	18,9
Batas Tinggi	52	98,1	43	81,0
Tinggi	1	1,9	0	0
Total	53	100	53	100

Berdasarkan hasil pengukuran kadar kolesterol, sebelum intervensi (pre-test) hampir seluruh responden berada pada kategori batas tinggi yaitu sebanyak 52 orang (98,1%), dan sebagian kecil berada pada kategori tinggi sebanyak 1 orang (1,9%), sementara tidak ada responden dengan kadar kolesterol normal. Setelah intervensi (post-test), terjadi perbaikan distribusi kadar kolesterol, ditandai dengan munculnya responden pada kategori normal sebanyak 10 orang (18,9%) dan penurunan jumlah responden pada kategori batas tinggi menjadi 43 orang (81,0%), serta tidak ditemukannya lagi responden dengan kadar kolesterol tinggi. Temuan ini menunjukkan adanya pergeseran kadar kolesterol responden ke arah yang lebih baik setelah dilakukan intervensi.

Tabel 3. Nilai Kolesterol Sebelum dan Sesudah Intervensi

KL	N	Mean	Median	Min	Ma _x	SD
Pre	53	223,94	266,00	206	240	8,878
Post	53	205,94	207,00	178	230	10,649

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebelum intervensi, rata-rata kolesterol responden

sebesar 224 mg/dL dengan median 266 mg/dL, nilai minimum 206 mg/dL, maksimum 240 mg/dL, dan simpangan baku 8,878. Sementara itu, rata-rata kolesterol sebesar 206 mg/dL dengan median 207 mg/dL, nilai minimum 178 mg/dL, maksimum 230 mg/dL, serta simpangan baku 10,649. Temuan ini menunjukkan adanya penurunan kadar kolesterol setelah intervensi, yang mengindikasikan bahwa terapi bekam basah berpotensi memberikan efek positif terhadap profil lipid pasien hipertensi. Variasi nilai simpangan baku yang relatif kecil menunjukkan bahwa data kadar kolesterol antar responden cukup homogen, meskipun terdapat beberapa responden dengan penurunan kolesterol yang lebih besar dibandingkan yang lain.

Tabel 4. Karakteristik Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi

Kategori	Pre-test		Post-test	
	F	Tekanan Darah %	F	Tekanan Darah %
Normal	0	0	11	20,8
Pre HT	8	15,1	35	66,0
HT ST 1	32	60,4	7	13,2
HT ST 2	13	24,5	0	0
Total	53	100	53	100

Berdasarkan tekanan darah, hasil menunjukkan adanya perbaikan kategori setelah intervensi, ditandai dengan munculnya responden kategori normal (20,8%) dan peningkatan kategori pre hipertensi (66,0%), disertai penurunan kategori hipertensi stadium 1 (13,2%) serta tidak ditemukannya lagi hipertensi stadium 2. Temuan ini mengindikasikan adanya pergeseran status kesehatan responden ke arah yang lebih baik.

Tabel 5. Nilai Tekanan Darah Sebelum Intervensi

TD	N	Mean	Median	Min	Ma x	SD
Pre-Sistol	53	150,30	155,00	135	165	10,493
Pre-Diastol	53	94,96	95,00	90	100	3,119

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebelum intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik responden sebesar 150 mmHg dengan median 155 mmHg, nilai minimum 135 mmHg, maksimum 165 mmHg, dan simpangan baku 10,493. Sementara itu, rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 94,96 mmHg dengan median 95 mmHg, nilai minimum 90 mmHg, maksimum 100 mmHg, serta simpangan baku 3,119. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori hipertensi sebelum intervensi, dengan variasi tekanan darah sistolik yang lebih besar dibandingkan tekanan darah diastolik.

Tabel 6. Nilai Tekanan Darah Sesudah Intervensi

TD	N	Mean	Median	Min	Ma x	SD
Post-Sistol	53	134,81	137,00	123	140	5,502
Post-Diastol	53	89,85	90,00	82	95	3,296

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa setelah intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik responden menurun menjadi 135 mmHg dengan median 137 mmHg, nilai minimum 123 mmHg, maksimum 140 mmHg, dan simpangan baku 5,502. Sementara itu, rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 90 mmHg dengan median 90 mmHg, nilai minimum 82 mmHg, maksimum 95 mmHg, serta simpangan baku 3,296. Temuan ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik setelah intervensi, dengan variasi data yang relatif lebih kecil dibandingkan sebelum intervensi, yang mengindikasikan kondisi tekanan darah responden menjadi lebih terkontrol.

Tabel 7. Identifikasi Efektifitas Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi menggunakan Uji Paired T-Test

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Sig. (2-tailed)
Pre - Post Kolesterol	53	18,0000	7,611	1,045	,001
Pre - Post Sistol	53	15,491	8,215	1,128	,001
Pre - Post Diastol	53	5,113	0,824	0,113	,001

Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara nilai pre-test dan post-test pada seluruh variabel yang diukur. Rata-rata penurunan kadar kolesterol sebesar 18,00 dengan nilai signifikansi $p = 0,001$, yang menunjukkan bahwa intervensi memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan kolesterol responden. Pada tekanan darah sistolik, terdapat rata-rata penurunan sebesar 15,49 dengan nilai $p = 0,001$, yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Demikian pula pada tekanan darah diastolik, diperoleh rata-rata penurunan sebesar 5,11 dengan nilai $p = 0,001$, sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi yang diberikan berpengaruh signifikan dalam menurunkan tekanan darah diastolik. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa intervensi efektif dalam memperbaiki parameter kolesterol dan tekanan darah responden.

Hasil Identifikasi Efektifitas Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Komplementer Dawan Usadha The Holistic Nursing & Home Care

Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara nilai pre-test dan post-test pada seluruh variabel yang diukur. Rata-rata penurunan kadar kolesterol sebesar 18,00 dengan nilai signifikansi $p = 0,001$, yang menunjukkan bahwa intervensi memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan kolesterol responden. Pada tekanan darah sistolik, terdapat rata-rata penurunan sebesar 15,49 dengan

nilai $p = 0,001$, yang menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi. Demikian pula pada tekanan darah diastolik, diperoleh rata-rata penurunan sebesar 5,11 dengan nilai $p = 0,001$, sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi yang diberikan berpengaruh signifikan dalam menurunkan tekanan darah diastolik. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa intervensi efektif dalam memperbaiki parameter kolesterol dan tekanan darah responden.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi bekam basah memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien hipertensi, yang ditunjukkan oleh nilai $p = 0,001$. Penurunan rata-rata kadar kolesterol sebesar 18,00 mengindikasikan bahwa intervensi bekam basah berpotensi memperbaiki profil lipid darah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sulhan et al., (2024) yang melaporkan bahwa terapi bekam basah secara signifikan menurunkan kadar kolesterol total pada responden dengan gangguan metabolismik. Mekanisme yang diduga berperan meliputi eliminasi metabolit lipid melalui darah kapiler serta peningkatan mikrosirkulasi yang mendukung keseimbangan metabolisme lipid.

Selain berpengaruh terhadap kolesterol, hasil penelitian ini juga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik yang signifikan setelah intervensi bekam basah, dengan rata-rata penurunan sebesar 15,49 dan nilai $p = 0,001$. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Rahmadhani, 2021) yang menyatakan bahwa terapi bekam basah efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik pada pasien hipertensi. Penurunan tekanan darah sistolik ini berkaitan dengan efek vasodilatasi pembuluh darah dan relaksasi otot polos vaskular yang dipicu oleh pelepasan mediator kimia seperti histamin dan prostaglandin selama proses pembekaman.

Penurunan tekanan darah diastolik sebesar 5,11 dengan nilai $p = 0,001$ dalam penelitian ini juga menunjukkan efektivitas terapi bekam basah dalam memperbaiki kondisi hemodinamik pasien hipertensi. Hasil ini konsisten dengan penelitian Kharisna et al., (2022) yang melaporkan adanya penurunan signifikan tekanan darah diastolik setelah terapi bekam basah. Efek ini diduga terjadi akibat penurunan resistensi perifer dan peningkatan aliran darah mikro, sehingga tekanan pada fase diastolik dapat berkurang secara bermakna (Sundayana et al., 2025).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung peran terapi bekam basah sebagai terapi komplementer yang efektif dalam menurunkan kadar kolesterol dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Temuan ini sejalan dengan pendekatan keperawatan holistik yang menekankan integrasi terapi non-farmakologis

dalam pengelolaan penyakit kronis (Wayan Juni Wirastini et al., 2023).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, desain penelitian *pre-eksperimental* tanpa kelompok kontrol menyebabkan sulit untuk memastikan bahwa penurunan kadar kolesterol dan tekanan darah sepenuhnya disebabkan oleh terapi bekam basah. Kedua, penelitian ini belum melakukan pemantauan dalam periode yang lebih panjang, sehingga keberlanjutan efek terapi bekam basah dalam jangka panjang belum dapat diketahui. Karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain eksperimental seperti *randomized controlled trial* (RCT) dengan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar, variasi titik pembekaman, serta kombinasi terapi bekam basah dengan intervensi nonfarmakologis lain seperti diet dan aktivitas fisik, guna memperkuat bukti ilmiah mengenai efektivitas terapi bekam basah dalam pengelolaan hipertensi dan dislipidemia.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi bekam basah berasosiasi dengan penurunan kadar kolesterol serta tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi di Klinik Komplementer Dawan Usadha. Hal ini ditunjukkan oleh adanya perbedaan yang bermakna antara nilai pre-test dan post-test ($p = 0,001$). Temuan ini mengindikasikan bahwa terapi bekam basah berpotensi memberikan kontribusi positif dalam pengendalian faktor risiko kardiovaskular pada pasien hipertensi. Namun, mengingat desain penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental* tanpa kelompok kontrol, hasil penelitian ini belum dapat menyimpulkan hubungan sebab-akibat secara definitif.

Terapi bekam basah dapat dipertimbangkan sebagai intervensi komplementer dalam manajemen hipertensi dan gangguan lipid darah dengan tetap memperhatikan aspek keamanan dan tidak menggantikan terapi farmakologis. Pendidikan keperawatan disarankan memasukkan terapi bekam sebagai materi keperawatan komplementer, sedangkan penelitian selanjutnya perlu menggunakan desain eksperimental dengan kelompok kontrol, jumlah sampel lebih besar, tindak lanjut jangka panjang, serta pengukuran profil lipid lengkap untuk memperkuat bukti ilmiah.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2025). *Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2024*.
- Fadhilah, G. N., & Maryatun, M. (2022). Penerapan Terapi Genggam Jari dan Nafas Dalam untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *ASJN*

- (*Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing*), 3(2), 89–95.
- Jeni, L., Tahiruddin, T., & Rosjidi, C. H. (2023). The Effectiveness of Wet Cupping Complementary Therapy to Decrease Blood Pressure in Hypertension Patients at Kolaka. *KLASICs*, 3(02), 23–32. <https://doi.org/10.46233/klasics.v3i02.1025>
- Kario, K., Okura, A., Hoshide, S., & Mogi, M. (2024). The WHO Global report 2023 on hypertension warning the emerging hypertension burden in globe and its treatment strategy. In *Hypertension Research* (Vol. 47, Issue 5, pp. 1099–1102). Springer Nature. <https://doi.org/10.1038/s41440-024-01622-w>
- Kemenkes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- Kharisna, D., Anggraini, W., Devita, Y., Arfina, A., Saputra, R., & Febtrina, R. (2022). Effect of wet cupping therapy on blood pressure in hypertensive patient. *Riset Informasi Kesehatan*, 11(2), 128. <https://doi.org/10.30644/rik.v11i2.718>
- Maulana, N. (2022). Pencegahan dan Penanganan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 4(1), 163–168.
- Puji, L. K. R., Kasumawati, F., Ratnaningtyas, T. O., Indah, F. P. S., Bahri, S., Adha, M. Z., & Hadi, T. E. Z. (2024). Upaya Meningkatkan Aktivitas Fisik Untuk Mengurangi Risiko Hipertensi Di Puskesmas Pondok Cabe Ilir Kota Tangerang Selatan. *JAM: Jurnal Abdi Masyarakat*, 5(1), 259–273.
- Rahmadhani, D. Y. (2021). Pengaruh Terapi Bekam Basah terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 469. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.418>
- Rosa, K., Noorratri, E. D., & Widodo, P. (2023). Penerapan Terapi Genggam Jari Dan Nafas Dalam Untuk Mengetahui Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 48–57.
- Sulhan, M. H., Puspita, T., & Nafsa Mutmainna, G. (2024). Bekam Basah Berpengaruh terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Total. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 10. <https://doi.org/https://doi.org/10.47506/zxyq5959>
- Sundayana IM, Rismayanti IDA, & Antariksawan IW. (2025). Keperawatan Komplementer Lintas Institusi Tingkat Nasional STIKES Buleleng, Poltekkes Denpasar, Universitas Fort De Kock Bukittinggi Di Desa Dawan Kaler, Klungkung, Bali. *Pengabdian Masyarakat Sundaram*.
- Wayan Juni Wirastini, N., Luh Putu Dewi Puspawati, N., & Kadek Yuni Lestari, N. (2023). The Effect of Dry Cupping on Lowering Blood Pressure in Hypertension Patients. *Politeknik Kesehatan Makassar*, 14(2), 2087–2122. <https://ojs3.poltekkes-mks.ac.id/index.php/medperawat/article/view/81>
- Yulianti, E. P., & Aminah, S. (2022). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Stabilitas Tekanan Darah Penderita Hipertensi pada Lansia di UPT Puskesmas Bahagia Tahun 2022. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 103–113.