ISSN: 2656-4122
Jurnal Keperawatan Galuh
: http://dx.doi.org/10.25157/jkg.v7i2.20608

# LITERATURE REVIEW PENGARUH TERAPI BEKAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

**Cita Rahayuningsih [1]*, Dini Nurbaeti Zen [2], Yoga Ginanjar [3]**
[1, 2, 3] Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh, Indonesia
(Sejarah artikel: Diserahkan 2025-07-31, Diterima 2025-07-31, Dipublikasikan 2025-07-31)

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di dunia, dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahun. Terapi nonfarmakologis seperti terapi bekam kini mulai banyak digunakan sebagai alternatif penanganan hipertensi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi melalui kajian pustaka. Metode yang digunakan adalah literature review dengan pendekatan PICOS. Artikel dicari melalui database Google Scholar, ScienceDirect, dan PubMed menggunakan kata kunci "Cupping Therapy", "Wet Cupping", "Blood Pressure", dan "Hypertension" dalam rentang tahun 2020–2025. Sebanyak 10 artikel dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, serta telah melalui proses *critical appraisal*. Hasil menunjukkan bahwa terapi bekam, baik kering maupun basah, mampu menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 20,90 mmHg dan diastolik sebesar 22,38 mmHg. Terapi dilakukan selama 20–30 menit, dengan frekuensi satu minggu hingga satu bulan sekali selama 2–3 bulan. Kesimpulannya bahwa terapi bekam efektif digunakan sebagai intervensi komplementer dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi jika dilakukan secara rutin dengan durasi dan frekuensi yang sesuai.

**Kata Kunci:** Terapi Bekam, Hipertensi, Tekanan Darah, Terapi Komplementer

**ABSTRACT**

Hypertension is one of the leading causes of morbidity and mortality worldwide, with its prevalence rising each year. Non-pharmacological therapies, such as cupping therapy, have become increasingly popular as alternative treatments for hypertension. This study aims to analyze the effects of cupping therapy on blood pressure reduction in hypertensive patients through a literature review. The method applied was a literature review using the PICOS approach. Articles were retrieved from Google Scholar, ScienceDirect, and PubMed using the keywords "Cupping Therapy", "Wet Cupping", "Blood Pressure", and "Hypertension" from 2020 to 2025. A total of 10 articles met the inclusion and exclusion criteria and were critically appraised. The results showed that both dry and wet cupping therapy effectively reduced systolic blood pressure by 20.90 mmHg and diastolic pressure by 22.38 mmHg. The therapy was administered for 20–30 minutes, with a frequency of once a week to once a month for a duration of 2–3 months. Conclusion: Cupping therapy is effective as a complementary intervention in reducing blood pressure among hypertensive patients when applied regularly with proper duration and frequency.

**Keywords:** Cupping Therapy, Hypertension, Blood Pressure, Complementary Therapy

## PENDAHULUAN

World Health Organization mengatakan dampak kesehatan dari tren tekanan darah tingggi menyebabkan 10,8 juta kematian yang sebenarnya dapat dihindari setiap tahunnya dan 235 juta jiwa yang menyebabkan kecacatan (WHO: 2024). Hipertensi atau yang biasa disebut dengan darah tinggi oleh masyarakat belakangan ini jumlahnya semakin bertambah tiap tahunnya. Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah menjadi naik karena adanya gangguan di pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi terganggu sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan nya (Pustipta et al., 2019).

Prefalensi penderita hipertensi semakin meningkat dari tahun ke tahun. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tensimeter

✉ Alamat Korespondensi:
Universitas Galuh, Indonesia
Email: [1*] crahayuningsih@student.unigal.ac.id

sebesar 10,7% pada kelompok usia 18–24 tahun dan 17,4% pada kelompok 25–34 tahun (Kemenkes, 2024). Di Provinsi Jawa Barat penderita hipertensi meningkat setiap tahun nya sejak tahun 2019 sampai dengan tahun 2021 secara berturut-turut yaitu 9.140.150 orang pada tahun 2019, 11.881.300 orang pada tahun 2020 dan 13.563.311 orang pada tahun 2021 (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2023). Sementara itu, di Kabupaten Ciamis Provinsi Jawa Barat juga terdapat peningkatan penderita hipertensi dari tahun 2020 ke tahun 2021 yaitu dari 296.944 orang menjadi 398.281 orang. Akan tetapi mengalami penurunan dari 135.511 pada tahun 2022 menjadi 94.321 orang di tahun 2023 (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2023).

Hipertensi dapat berakibat fatal hingga menyebabkan kematian apabila tidak mendapatkan penanganan yang baik. Penatalaksanaan hipertensi juga sangat penting guna menurunkan angka morbiditas dan mortalitas penderita hipertensi. Penatalaksanaan hipertensi dibagi menjadi dua yaitu penatalaksanaan secara farmakologis dan penatalaksanaan non farmakologis. Salah satu penatalaksanaan nonfarmakologis yang dapat dilakukan pada penanganan hipertensi yaitu salah satunya dengan terapi bekam. Hal ini dikarenakan terapi bekam termasuk dalam salah satu terapi relaksasi yang dapat melancarkan peredaran darah.

Bekam merupakan sebuah metode dengan mengeluarkan darah hasil metabolisme atau darah yang terkontaminasi racun dan oksidan dari tubuh lewat permukaan kulit. Manfaat bekam pada hipertensi merupakan sebuah proses menurunkan sistem saraf simpatis dan membantu pengontrolan kadar hormon aldosteron di sistem saraf. Kemudian, hal tersebut merangsang sekresi enzim yang bertindak sebagai sistem angiotensin renin yang dapat menurunkan volume darah, dan mengeluarkan oksida nitrat yang berperan dalam vasodilatasi pembuluh darah sehingga penurunan tekanan darah dapat terjadi.

Bekam melalui oksida nitrat akan meningkatkan suplai nitrasi dan darah yang dibutuhkan oleh sel dan lapisan arteri dan vena, yang menjadikannya lebih kuat dan lebih elastis serta mengurangi tekanan darah. Bekam berperan dalam merangsang reseptor spesifik yang berhubungan dengan penyusutan dan peregangan pembuluh darah (baroreseptor) sehingga pembuluh darah dapat merespon rangsangan dan meningkatkan kepekaan terhadap penyebab hipertensi (Muflih & Judha, 2019) dalam Nuridah dan Yodang (2021).

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka perlu dikakukan pengkajian yang mendalam mengenai pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi menggunakan analisis Literature Riview.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain dengan menerapkan metode Literature Review. Literature Review digunakan untuk mengidentifikasi pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Studi literature ini menggunakan pendekatan PICOS (Population: pasien hipertensi, Intervention: terapi bekam, Comparisson: sebelum dan sesudah terapi, Outcome: tekanan darah, dan Study Design: quasi experimental). Pencarian literature dilakukan melalui database Google Scholar, ScienceDirect, dan PubMed dengan kata kunci "Cupping Theraphy", "Wet Cupping", "Blood Pressure", "Hypertension" dalam rentang tahun 2020-2025. Kriteria inklusi meliputiartikel dalam Bahasa Indonesia/Inggris, full text, dan desain kuantitatif. Artikel yang tidak sesuai dengan topik dikeluarkan. Total 10 artikel dianalisis.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Berdasarkan penelusuran artikel melalui 3 database, didapatkan 10 jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dan ekslusi serta bagan PRISMA.

Berikut karakteristik dari hasil penelusuran artikel terkait.

Tabel 1 Karakteristik Artikel Berdasarkan Tahun Publikasi

| No | Tahun Publikasi | Jumlah Artikel | Persentase % |
|---|---|---|---|
| 1 | 2021 | 3 | 30 |
| 2 | 2022 | 2 | 20 |
| 3 | 2023 | 2 | 20 |
| 4 | 2024 | 2 | 20 |
| 5 | 2025 | 1 | 10 |
| Total | | 10 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hampir sebagian artikel penelitian ini dipublikasikan pada tahun 2021 yakni 3 artikel (30%) dan sebagian kecil artikel memiliki tahun publikasi 2022 - 2024 masing-masing sebanyak 2 artikel (20%). Sedangkan publikasi tahun 2025 hanya 1 artikel (10%).

Tabel 2 Karakteristik Artikel Berdasarkan Desain Penelitan

| No | Desain Penelitian | Jumlah | Persentase (%) |
|---|---|---|---|
| 1 | Quasy experimental | 10 | 100 |
| Total | | 10 | 100 |

Berdasarkan Tabel 2 semua artikel yang ditemukan dalam penelitian ini menggunakan 100% metode penelitian kuantitaif Quasy Experimental dengan pendekatan Pretest- posttest group design.

Tabel 3 Karakteristik Artikel Berdasarkan Instrumen Penelitian

| No | Instrumen | Jumlah | Persentase (%) |
|---|---|---|---|
| 1. | Lembar observasi, Tensimeter, Stetoskop, dan alat bekam | 8 | 80 |
| 2. | Kuesioner, Tensimeter, dan alat bekam | 1 | 10 |
| 3. | Lembar observasi, stetoskop, tensimeter, alat bekam, stopwatch | 1 | 10 |
| | Total | 10 | 100 |

Berdasarkan tabel 3 hampir seluruh artikel yang ditemukan menggunakan instrumen penelitian berupa lembar observasi, tensimeter, stetoskop, dan alat bekam yaitu sebanyak 8 (80%) artikel. Sedangkan sebagian kecil artikel lainnya menggunakan instrumen kuesioner, tensimeter, dan alat bekam sebanyak 1 (10%) artikel. Kemudian yang menggunakan lembar observasi, stetoskop, tensimeter, alat bekam dan stopwatch sebanyak 1 (10%) artikel.

Tabel 4 Karakteristik Artikel Berdasarkan Analisis Penelitian

| No | Analisis | Jumlah | Persentase (%) |
|---|---|---|---|
| 1. | Uji Paired Sample T-test | 3 | 30 |
| 2. | Uji Wilcoxon | 5 | 50 |
| 3. | Uji Paired T-test & Chi-square | 1 | 10 |
| 4. | Uji Paired T-test & Independent T-test | 1 | 10 |
| | Total | 10 | 100 |

Berdasarkan tabel 4 hampir sebagian besar artikel penelitian yang ditemukan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon yaitu 5 (50%) artikel. Sedangkan uji sebagian kecil lainnya menggunakan uji Paired T-test & Chi- square dan uji Paired T-test & Independent T- test yaitu masing-masing sebesar 1 atau 10% dari keseluruhan artikel yang ditemukan.

**Pembahasan**

Pada penelitian ini mengenai pengaruh terapi bekam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, keseluruhan jurnal yang ditemukan menggunakan jenis penelitian *quasy experimental* dengan pendekatan *pretest- posttest group design*. Perlakuan terapi bekam baik bekam kering maupun bekam basah dalam waktu yang berbeda-beda. Terapi ini dapat dilakukan selama 20 – 30 menit setiap satu sampai dua minggu sekali. Pemberian terapi bekam secara rutin dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi disamping harus mengkonsumsi obat-obatan antihipertensi yang diresepkan dokter secara teratur.

Penelitian yang dilakukan oleh Ni Wayan, et al (2023) mendapatkan hasil rata-rata tekanan darah sistol dan diastol sebelum diberikan intervensi pada kelompok perlakuan adalah sistol 159 mmHg dan diastol 100 mmHg. Sedangkan rata rata tekanan darah pada kelompok sistol adalah 161 mmHg dan diastol 102 mmHg. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata tekanan darah sistol pada kelompok perlakuan adalah diantara 144-163 mmHg dan tekanan darah diastol 104-113 mmHg. Sedangkan pada kelompok sistol tekanan darah 148-175 mmHg dan tekanan darah distol 99-105 mmHg.

Penelitian diatas juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Ketut dan Komang (2021) pada 15 pasien hipertensi di UPT Kesmas Blahbatuh II Gianyar Bali, sistol sebanyak 15 responden tersebut dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum diberikan terapi bekam kering, dan kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah sistol setelah diberikan terapi bekam kering. Durasi yang digunakan proses memberkam yaitu selama 7 menit diberikan satu kali dalam seminggu selama empat minggu. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diperoleh data rata-rata tekanan darah sistol sebelum terapi bekam kering sebesar 171,60 mmHg dengan standard deviasi 22,64 mmHg, sedangkan sesudah terapi bekam kering sebesar 149,20 mmHg dengan standard deviasi 18,31 mmHg.

Selain terapi bekam kering, terapi bekam basah juga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan rentang waktu tertentu. Penelitian yang dilakukan oleh Alkausar et al (2021) yaitu dengan memberikan terapi bekam basah selama kurang lebih 30 menit pada jam 13.00-16.00 pada pasien hipertensi. Pada penelitian ini, peneliti melakukan pengukuran tekanan darah pada pasien setelah 6 hari selesai bekam. Hasil dari penelitian ini yaitu dari 10 responden dengan hipertensi didapatkan rata-rata penurunan nilai tekanan darah pre-post test yaitu 28,0 mmHg untuk tekanan darah sistol dan diastol 13,5 mmHg.

Selain itu kombinasi antara bekam basah dan latihan aerobik rutin juga sangat signifikan dalam

menurunkan tekanan darah pasien hipertesi. Hal ini disebutkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Ali M. Hasan, et al (2023). Pada penelitian ini Ali memberikan terapi bekam pada responden tersebut selama 20 menit di punggung belakang, terapi bekam ini dilakukan sebulan sekali selama 3 bulan. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat penurunan tekanan darah yang signifikan, rata-rata penurunan tekanan darah sistol yang awalnya 144.6±9.5 mmHg menjadi 129.1±5.3 mmHg dan diastol yang awalnya 95.6±6.4 mmHg menjadi 78.8±3.45 mmHg.

Berdasarkan keempat artikel penelitian diatas rata-rata tekanan darah penderita hipertensi sebelum dilakukan terapi bekam termasuk dalam hipertensi sedang (stadium 2) hingga hipertensi ringan (stadium 1). Akan tetapi setelah dilakukan terapi bekam dengan durasi tertentu terdapat penurunan tekanan darah responden yaitu berada di hipertensi ringan (stadium 1) hingga normal. Penurunan tekanan darah penderita hipertensi setelah diberikan terapi bekam, baik bekam kering maupun bekam basah yaitu tekanan darah sistol sebesar 20,90 mmHg dan tekanan darah diastol sebesar 22,38 mmHg. Sehingga pemberian terapi bekam sangat signifikan dalam menurunkan tekanan darah baik sistol maupun diastol. Durasi pemberian terapi bekam pada penderita hipertensi berkisar antara 20-30 menit. Terapi komplementer bekam dapat diberikan 1 minggu hingga 1 bulan sekali berkisar antara 2-3 bulan berturut-turut tergantung dari kondisi pasien dan perlukaan akibat bekam sebelumnya sudah menghilang atau belum.

## SIMPULAN DAN REKOMENDASI

### Simpulan

Terapi bekam, baik basah maupun kering menunjukkan efektifitas dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi berdasarkan hasil 10 studi. Terapi komplementer bekam memiliki pengaruh dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Rata-rata tekanan darah penderita hipertensi sebelum dilakukan terapi bekam termasuk dalam hipertensi sedang (stadium 2) hingga hipertensi ringan (stadium 1).

Pemberian terapi bekam pada penderita hipertensi berkisar antara 20-30 menit. Terapi komplementer bekam dapat diberikan 1 minggu hingga 1 bulan sekali berkisar antara 2-3 bulan berturut-turut tergantung dari kondisi pasien dan perlukaan akibat bekam sebelumnya sudah menghilang atau belum. Durasi yang diberikan berbeda disesuaikan dengan kondisi fisik pasien itu sendiri, yang terpenting tidak terlalu lama agar tidak menimbulkan bula atau lecet pada kulit pasien sehingga dapat menimbulkan luka.

### Rekomendasi

1. Berdasarkan hasil kajian literatur, terapi bekam terbukti efektif menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, rekomendasi yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:
2. Bagi Tenaga Kesehatan, khususnya perawat dan terapis komplementer, disarankan untuk mempertimbangkan penerapan terapi bekam sebagai bagian dari intervensi nonfarmakologis dalam manajemen hipertensi, tentunya dengan memperhatikan kondisi fisik dan indikasi medis pasien.
3. Bagi Institusi Kesehatan, terapi bekam dapat dijadikan sebagai layanan komplementer di fasilitas pelayanan kesehatan (puskesmas atau klinik), dengan tenaga terlatih dan sesuai standar operasional prosedur (SOP) untuk memastikan keamanan dan efektivitas terapi.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian eksperimental berskala besar guna mengevaluasi efektivitas terapi bekam dalam jangka panjang, serta membandingkan antara frekuensi, durasi, dan jenis terapi bekam (kering vs basah).
5. Bagi Pasien Hipertensi, terapi bekam dapat dipertimbangkan sebagai pelengkap pengobatan medis, dengan konsultasi terlebih dahulu kepada tenaga kesehatan yang kompeten agar terapi dilakukan secara aman dan tepat.

## DAFTAR PUSTAKA

Alkausar, et al. 2021. Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. Jurnal Pendidikan Keperawatan & Kebidanan Vol.1 (1).

Aris & Wiwik. 2022. Efektivitas Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Systole Pada Pasien Hipertensi. Nursing Science Journal Vol.3 (1).

Ayu Ketut., et al. 2021. Pengaruh Terapi Bekam Kering Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Primer. Bali Medika Jurnal Vol.8 (1).

Dedi pahrul, et al. 2022. Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Rumah Sehat Ibnusina Palembang. Jurnal Surya Medika.

Dendy Kharisna, et al. 2022. Effect of Wet Cupping Therapy on Blood Pressure in Hypertensive Patient. Riset Informasi Kesehatan Vol.11(2).

Dr. Flori Ratna, et al. 2018. Bekam Sebagai Kedokteran Profetik. Jurnal Surya Medika. PT Rajagrafindo Persada: Depok.

Dwi Yunita. 2021. Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada

Pasien Hipertensi. Jurnal Akademka Baiturrahim Jambi Vol.10(2).

Fernalia., et al. 2021. Faktor – Faktor yang Berhubungan Dengan Self Care Management pada Pasien Hipertensi. Jurnal Keperawatan Silampari Vol.5 (1).

Hassan, et al. 2023. Effect of Wet Cupping Therapy on Reducing Blood Pressure in Primary Hypertensive Patients: A Prelimenary Study. Journal of Health Sciences and Medical Development Vol 4(1).

Imas Yoyoh, et al. 2024. Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia Vol.7(2).

Julianty Pradono, et al. 2020. Hipertensi: Pembunuh Terselubung di Indonesia. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). Kemenkes RI.

Kemenkes. 2023. Survey Kesehatan Indonesia. Kementerian Kesehatan RI: Jakarta.

Kemkes RI. 2023. Mengenal Penyakit Hipertensi. Unit Pelayanan Keseahatan Kemenkes (Klinik Kementrian Kesehatan). Diakses dalam https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi .

Lusiane & Ahmad. 2022. Effect of Cupping Therapy on the Blood Pressure of People With Hypertension in the Working Area of Central City Helath Center Gorontalo City. European Journal of Research Development and Sustainabillity Vol 3(3).

Lutfhi Firmanda, et al. 2025. Impact of Cupping Therapy on Blood Pressure in Hypertension Patients at Griya Bekam Az-Zahra . Journal of health Sciences and Medical Development Vol 4(1).

Marni., et al. 2023. Penatalaksanaan Hipertensi. Pekalongan – Jawa Tengah : PT Nasya Expanding Management.

Ni Wayan, et al. 2023. Pengaruh Bekam Kering Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.. Jurnal Media Keperawatan Vol.14 (2).

Nuridah & Yodang. 2021. Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Quasy Eksperimental. Jurnal Kesehatan Vokasi Vol.6(1).

Rasdiyanah. 2022. Mengenal Hipertensi Pada Kelompok Dewasa dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan. Pekalongan – Jawa Tengah: PT Nasya Expanding Management.

Ria Dila. 2022. Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Palembang. Jurnal Kesehatan Akper Kesdam II Sriwijaya Palembang Vol.11(2).

Smeltzer, S. C. And Bare, B. G. 2012. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner & Sudart Edisi 8. Jakarta: EGC.

Suryadi & Baitus. 2024. Complementary Wet Cupping Therapy in Lowering Blood Pressure in Hypertension Patients. Research of Service Administration Health and Sains Healthys Vol. 5 (2).

Tantri & Gin Gin. 2024. The Efectiviness of Cupping Therapy ob Blood Pressure and Pain. International Health Converence.

WHO. 2023. Hypertension. May, 12, 2025, from https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension