

BEKAM TIBUN NABAWI SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH BAGI PENDERITA HIPERTENSI DI KLINIK CITRA GADING MEDIKA

Mono Pratiko G^{*1}, Roihatul Zahroh², Nur Yaqin³, Sri Sundari⁴

^{1,2}, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

³Akademi Analisis Delima Husada Gresik

⁴Program Studi Administrasi Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Gresik
monogoes@gmail.com¹, roihatulzr@gmail.com², nuryaqin13@gmail.com³, srisundari8610@gmail.com⁴

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular yang persisten masalah besar di dunia (Avelina & Natalia, 2020). Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 4-10 Juli 2025 di klinik Citra Gading Medika. Populasi dalam Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pasien hipertensi yang melakukan pengobatan di Klinik Citra Gading Medika. Sebelum melakukan tindakan bekam terlebih dahulu melakukan Pengukuran Tekanan Darah penderita hipertensi (*Pre-test*), selanjutnya melaksanakan tindakan bekam kemudian di hari berikutnya kontrol kembali dengan mengukur kembali tekanan darah penderita hipertensi (*post-test*). Hasil data pengabdian kepada masyarakat rata-rata tekanan sistolik pretest adalah 155,73 mmHg, posttest 143,27 mmHg berarti terjadi penurunan rata-rata tekanan darah sistolik yakni 12,46 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik pretest adalah 92,41 mmHg, *posttest* 86,14 mmHg berarti terjadi penurunan rata-rata tekanan darah diastolik yakni 6,27 mmHg. Hasil dari pengabdian masyarakat tersebut masyarakat bisa langsung mendapat perubahan tekanan darah. Titik bekam tibun nabawi yang direkomendasikan dalam pengabdian masyarakat ini adalah lima titik bekam tibun nabawiyaitu *Titik Al-Akhda'ain*, *Titik Al-Katifain*, *Titik Al-Kaahil*, *Titik Azh-Zhahrul A'la*, dan *Titik Al-Qathanul Alawi*.

Kata kunci: Hipertensi, Bekam, titik tibun nabawi, Tekana Darah.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular yang persisten masalah besar di dunia. Seperti yang diketahui hipertensi salah satu pembunuh yang tersembunyi dengan maksud seseorang yang terkena hipertensi tidak langsung merasakan tanda gejalanya. Melainkan tanda gejala itu muncul apabila telah terjadi komplikasi hipertensi dengan penyakit lain (Avelina & Natalia, 2020). Hipertensi dikenal sebagai silent killer yang merupakan faktor utama di Indonesia yang dapat menyebabkan terjadinya kematian mendadak karena sebagian besar kasus tidak menunjukkan gejala (Nuridah, 2021).

Di kalangan masyarakat hingga saat ini banyak orang menyukai terapi komplementer karena relatif terjangkau, kurangnya bahan kimia dan efek penyembuhan cukup signifikan, dan salah satu terapi komplementer yang dapat menangani hipertensi yaitu terapi bekam. Sedangkan pada pengobatan farmakologid ini dokter harus menentukan tanda-tanda hipertensi pada pasien dengan memulai terapi farmakologis untuk mencegah perkembangan komplikasi lain. Terdapat efek samping yang sering terjadi pada penderita hipertensi terutama yang mengonsumsi obat-obatan seperti sakit kepala, pusing, lemas, dan mual terutama pada lansia yang sudah mengalami penurunan, serta resiko terjadinya komplikasi akibat hipertensi, namun harganya relatif mahal. (Ainurrafiq, 2019).

Bekam adalah metode pengobatan kuno yang digunakan Rasulullah untuk menyembuhkan berbagai penyakit. Praktik ini melibatkan penggunaan gelas vakum untuk mengeluarkan darah kotor dari tubuh dapat menstimulasi sirkulasi darah dalam tubuh secara umum melalui zat Nitrit Oksida (NO) yang berperan memperluas pembuluh darah sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah. apabila terapi bekam dilakukan pada satu titik maka kulit (kutis), jaringan bawah

kulit (subkutis), fascia, dan otot akan mengaktivasi mast cell untuk melepaskan beberapa zat seperti serotonin, histamine, bradykinin, slow release substance (SRS) serta zat lain yang belum diketahui. Zat-zat ini menyebabkan terjadinya pelebaran kapiler dan arteriol serta flare reaction pada daerah yang dibekam. Hal ini menyebabkan terjadinya perbaikan mikrosirkulasi pembuluh darah yang mengakibatkan timbul efek relaksasi otot-otot yang kaku serta akibat vasodilatasi umum yang akan menurunkan tekanan darah secara stabil (Suhartini, 2017).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tampubolon (2023) tentang pengaruh metode therapy bekam basah terhadap penurunan tekanan darah pada 20 lansia dengan hipertensi terjadi penurunan rata-rata tekanan sistolik 12,5 mmHg dengan nilai rata-rata pretest 155,5 mmHg dan rata-rata posttest 143 mmHg, sedangkan penurunan rata-rata tekanan diastolik 6,0 mmHg dengan nilai rata-rata pretest 96,5 mmHg dan rata-rata posttest 90,5 mmHg.

Hipertensi hingga saat ini telah mengakibatkan morbiditas yang memerlukan penanganan serius, dan mortalitas yang cukup tinggi. Berdasarkan profil kesehatan kabupaten sidoarjo, hipertensi primer merupakan peringkat ke-3 penyakit yang termasuk dalam daftar 10 besar penyakit di Kabupaten Sidoarjo tahun 2018. Wilayah dengan angka kejadian hipertensi paling tinggi adalah wilayah Sekardangan (84,18%), Buduran (77,35%), Porong (68,92%), Candi (64,50) dan Tanggulangin (62,55). Dalam mencegah komplikasi, maka dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologis maupun non-farmakologis yang bersifat komplementer.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menerapkan terapi komplementer bekam titik tibun nabawi terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Terapi komplementer yang sifatnya non farmakologi bermanfaat meningkatkan efikasi obat, mengurangi efek samping obat, serta memulihkan keadaan pembuluh darah dan jantung pada penderita dan mengurangi keluhan tanda maupun gejala penyakit. Terapi komplementer dapat dilaksanakan pada pasien hipertensi tersebut adalah terapi Bekam titik tibun nabawi.

2. METODE

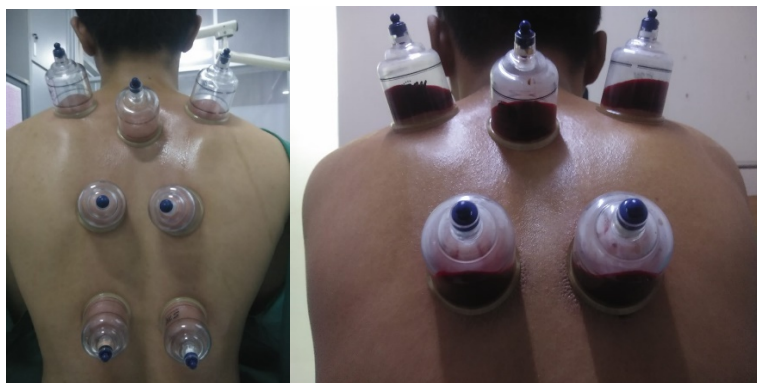
Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 4-10 Juli 2023 di Klinik Citra Gading Medika (CGM) Rewin, Waru-Sidoarjo. Populasi dalam Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pasien hipertensi yang melakukan pengobatan di klinik CGM. Prosedur pelaksanaan dilaksanakan oleh dosen yang memiliki surat tanda registrasi (STR) dan satu mahasiswa yang sudah memiliki sertifikat bekam dari PBI dibantu mahasiswa, Sebelum melakukan tindakan bekam terlebih dahulu melakukan Pengukuran Tekanan Darah penderita hipertensi (Pre-test), selanjutnya melaksanakan tindakan bekam kemudian di hari berikutnya kontrol kembali dengan mengukur kembali tekanan (post-test). Hasil utama yang diharapkan adalah masyarakat penderita hipertensi mulai memilih terapi komplementer sebagai pilihan untuk mengontrol tekanan darah.

1. Tahap persiapan

Strategi pelaksanaan kegiatan ini dimulai dengan persiapan dengan perizinan yang ditujukan kepada direktur klinik Citra Gading Medika, langkah selanjutnya dengan menyiapkan peralatan Bekam sesuai dengan SOP PBI.

2. Tahap pelaksanaan

Pada tahapan pelaksanaan, kegiatan ini dilakukan pada pasien hipertensi yang sudah menyetujui untuk tindakan Bekam titik tibun nabawi, sebelum pelaksanaan bekam pasien di ukur tekanan darahnya dan selanjutnya persiapan pasien dan melakukan bekam dengan proses pertama relaksasi dengan cupping seluncur selama ± 3 menit lalu menentukan titik bekam sesuai dengan keluhan darah tinggi. Pelaksanaan bekam dilakukan sekitar 10-20 menit sesuai dengan SOP.



Gambar 1. pelaksanaan bekam basah titik pelaksanaan terapi bekam basah pada lima titik yaitu *Titik Al-Akhda'ain*, *Titik Al-Katifain*, *Titik Al-Kaahil*, *Titik Azh-Zhahrul A'la*, dan *Titik Al-Qathanul Alawi*,

3. Tahap evaluasi

Indikator keberhasilan pelaksanaan bekam meliputi tidak ada rasa nyeri, pusing dan tidak pingsan pasiennya



Gambar 2. Proses selesi pelaksanaan bekam pada pasien hipertensi

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Jenis Kelamin Peserta Pengabdian Masyarakat

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	25	100
Perempuan	0	0
Total	25	100

Sumber: data primer 2025

Hasil pengabdian kepada masyarakat kami disebutkan pada Tabel 1 karakteristik peserta adalah semua berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 2. Pendidikan Peserta Pengabdian Masyarakat

Pendidikan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak Sekaloh	1	4
SD	7	28
SMP	3	12
SMA	10	40
Sarjana	4	16
Total	25	100

Sumber: data primer 2025

Hasil pengabdian kepada masyarakat kami disebutkan pada tabel 2 karakteristik peserta berdasarkan tingkat pendidikan adalah sebagian besar berpendidikan SD dan SMA masing-masing 40%.

Tabel 3. Pekerjaan Peserta Pengabdian Masyarakat

Pendidikan	Jumlah (n)	Persentase (%)
PNS	2	8
Petani	3	12
Wirausaha	7	21
Wiraswasta	13	52
Total	25	100

Sumber: data primer 2025

Hasil pengabdian kepada masyarakat kami disebutkan pada tabel 3 karakteristik peserta berdasarkan pekerjaan sebagian besar peserta bekerja sebagai wiraswasta (52%).

Tabel 4. Pekerjaan Peserta Pengabdian Masyarakat

Umur	Mean	Maksimum	Minimum
	56	66	39

Sumber: data primer 2025

Hasil pengabdian kepada masyarakat kami disebutkan pada tabel 4 karakteristik peserta berdasarkan umur, rata-rata berumur 58 tahun dengan umur tertua 66 tahun dan termuda 39 tahun.

Tabel 5. Tekanan Darah Peserta Pengabdian Masyarakat

Tekanan Darah	Time	Mean	Delta	Maksimum	Minimum
Sistolik	Pretest	155,73	12,46	180	
	Posttest	143,27		157	
Diastolik	Pretest	92,41	6,27	110	
	Posttest	86,14		93	

Sumber: data primer 2025

Hasil pengabdian kepada masyarakat kami disebutkan pada tabel 5 tekanan darah peserta rata-rata tekanan sistolik pretest adalah 155,73 mmHg, posttest 143,27 mmHg berarti terjadi penurunan rata-rata tekanan darah sistolik yakni 12,46 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan diastolik pretest adalah 92,41 mmHg, posttest 86,14 mmHg berarti terjadi penurunan rata-rata tekanan darah diastolik yakni 6,27 mmHg.

Bekam tibun nabawi yaitu metode terapi komplementer dengan membuang toksik dalam tubuh melalui pengeluaran angin atau darah yang diambil dari superficial kulit. Bekam yang dilakukan pada satu titik atau poin pada tubuh, maka kutis, subkutis, fasia, serta otot akan terjadi kerusakan dari mast cell, akibat dari kerusakan tersebut akan dilepaskan beberapa zat seperti *serotonin*, *histamine*, *bradikinin*, *slow reacting substance*, yang mana zat-zat tersebut dapat menyebabkan dilatasi kapiler dan arteriol serta *flare reaction* pada daerah yang dibekam. Dilatasi kapiler dapat terjadi di tempat yang jauh dari tempat pembekaman yang mana menyebabkan terjadinya perbaikan mikrosirkulasi pembuluh darah, akibatnya akan menimbulkan efek relaksasi otot-otot yang kaku serta menurunkan tekanan darah secara stabil.

Bekam memang masih belum banyak yang memahami tapi banyak digemari oleh masyarakat. Metode penyembuhan penyakit ini bersifat seperti detoksifikasi racun. Di mana darah kotor akan dikeluarkan dengan cara disedot. Alat ini tentunya sudah sangat steril sehingga mampu secara maksimal menyembuhkan suatu penyakit pada tubuh. Pada hasil pengabdian masyarakat dengan 25 responden di Klinik Citra Gading Medika bahwa menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah peserta rata-rata tekanan sistolik pretest adalah 155,73 mmHg, posttest 143,27 mmHg berarti terjadi penurunan rata-rata tekanan darah sistolik yakni 12,46 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan diastolik pretest adalah 92,41 mmHg, posttest 86,14 mmHg berarti terjadi penurunan rata-rata tekanan darah diastolik yakni 6,27 mmHg.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan terapi bekam dapat menstimulasi tubuh menghasilkan hormon seperti *serotonin*, *histamin*, *bradikinin*, *slow reacting substance* (SRS), serta zat-zat lain meningkatkan proses vasodilatasi kapiler pembuluh darah sehingga terjadi relaksasi pembuluh darah, akibat vasodilatasi umumnya akan menurunkan tekanan darah secara stabil (Sormin, 2019). Fakta diatas sesuai dengan *evidence based* menyatakan bahwa terapi bekam basah mampu menstimulasi sensitivitas barorefleksi arteri dengan indikator penurunan tekanan darah, setelah diterapi dan tanpa efek samping, dimana penurunan tekanan darah terjadi pada minggu kedua dan pada minggu keempat mencapai batas normal, namun pada minggu keenam efek bekam basah telah hilang (Ahmad, 2020).

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik dengan tujuan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya terapi komplementer atau terapi pelengkap bagi terapi farmakologis, salah satunya terapi Bekam Tibun Nabawi Sebagai Upaya Menurunkan Tekanan darah pada penderita hipertensi. Kegiatan tersebut dilaksanakan dengan jumlah 25 pasien hipertensi yang berobat di Klinik Citra Gading Medika. Hasil dari pengabdian masyarakat tersebut masyarakat bisa langsung mendapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Titik bekam yang direkomendasikan dalam pengabdian masyarakat ini adalah lima titik tibun nabawi yaitu *Titik Al-Akhda'ain*, *Titik Al-Katifain*, *Titik Al-Kaahil*, *Titik Azh-Zhahrul A'la*, dan *Titik Al-Qathanul Alawi*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad S, Baharuddin R, Februanty S. (2020). Effect of Wet Cupping Against Increased Arterial Baroreflex Sensitivity in Hypertensive Patients: Randomized Controlled Trial (RCT). *J Crit Rev*; 7: 671–676.
- Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Azhar, M. U. (2019). Terapi non farmakologi dalam pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi: Systematic review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3), 192-199.
- Arnett, D. K., Blumenthal, R. S., Albert, M. A., Buroker, A. B., Goldberger, Z. D., Hahn, E. J., ... & Ziaeian, B. (2019). 2019 ACC/AHA guideline on the primary prevention of cardiovascular disease: a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical Practice Guidelines. *Circulation*, 140(11), e596-e646.
- Carey, R. M., Whelton, P. K., & 2017 ACC/AHA Hypertension Guideline Writing Committee*. (2018). Prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults: synopsis of the 2017 American College of Cardiology/American Heart Association Hypertension Guideline. *Annals of internal medicine*, 168(5), 351-358.
- Ermawati, T., Suhartini, S., Hamzah, Z. H., & Meilawati, Z. (2018). Profil Tekanan Darah Pada Lansia di Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember. *Warta Pengabdian*, 11(4), 170-176.
- Majelis Syuro, Pengurus PBI, (2023). *Panduan Terapi Bekam Perkumpulan Bekam Indonesia*. Jakarta; PBI.
- MA Pratama., 2023., Hipertensi https://repositori.ubsppni.ac.id/bitstream/handle/123456789/1894/201901070_BAB%20I.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Nuridah, N., & Yodang, Y. (2021). Pengaruh Terapi Bekam terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Quasy Eksperimental. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), 53-60.

- Sirotujani, F., & Kusbaryanto, K. (2019). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dan Peningkatan Kualitas Tidur Pada Pasien Low Back Pain (Lbp). *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(1), 146-157.
- Sormin T. (2019) . Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Ilmu Keperawatan Sai Betik* 14: 123.
- Tampubolon, B. (2023). Pengaruh Metode Therapy Bekam Basah Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Rumah Sehat Nur Sunda Gus Mus Therapy Cianjur. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur: Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, dan Kebidanan*, 16(1).