

## Implementasi Bekam sebagai Terapi Komplementer dalam Peningkatan Kesehatan Masyarakat

Retno Twistiandayani<sup>\*1</sup>, Mono Pratiko Gustomi<sup>2</sup>, Natalia Christin Tiara Revita<sup>3</sup>, Lilis Fatmawati<sup>4</sup>, Istiroha<sup>5</sup>, Khalifatus Zuhriyah Alfianti<sup>6</sup>, Ahmad Hasan Basri<sup>7</sup>, Riski Dwi Prameswari<sup>8</sup>, Roihatul Zahroh<sup>9</sup>, Nurmawati S Lataima<sup>10</sup>, Abdul Manan<sup>11</sup>, Lilik Wijayati<sup>12</sup>, Nur Chakim<sup>13</sup>, Akbar Rochmat Prabowo<sup>14</sup>, Cahyo Widodo<sup>15</sup>, Ameliya Widayanti<sup>16</sup>

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,16 Universitas Gresik

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan

<sup>5</sup>RSUD Ibnu Sina, <sup>6</sup>RS Semen Gresik, <sup>11</sup>DPD PPNI Kabupaten Gresik

[twistiandayani@unigres.ac.id](mailto:twistiandayani@unigres.ac.id)

### *Abstrak*

*Pemanfaatan terapi komplementer semakin berkembang seiring meningkatnya kebutuhan masyarakat terhadap upaya promotif dan preventif kesehatan. Terapi bekam merupakan salah satu bentuk terapi komplementer yang telah lama digunakan oleh masyarakat dan dipercaya memiliki manfaat dalam mengurangi berbagai keluhan kesehatan, seperti nyeri otot dan kelelahan. Tingginya minat masyarakat terhadap terapi bekam, namun masih terbatasnya pengetahuan mengenai prosedur pelaksanaan, keamanan serta indikasi dan kontraindikasi terapi yang benar. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya kegiatan pengabdian masyarakat yang tidak hanya memberikan layanan terapi, tetapi juga edukasi kesehatan yang tepat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengimplementasikan terapi bekam sebagai terapi komplementer serta meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai manfaat dan prosedur terapi bekam yang aman serta meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pemanfaatannya terutama penderita Hipertensi. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Lumpur Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik pada tanggal 23 Januari 2026 dengan melibatkan 25 peserta yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan tidak memiliki kontraindikasi terhadap terapi bekam. Metode pengabdian masyarakat yang digunakan meliputi tahapan persiapan, edukasi kesehatan, pelaksanaan terapi bekam, serta monitoring dan evaluasi. Terapi bekam dilakukan oleh tenaga terlatih sesuai dengan prosedur operasional standar. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasakan penurunan keluhan seperti nyeri dan pegal setelah terapi bekam. Peserta juga melaporkan merasa lebih rileks dan nyaman, serta tidak ditemukan efek samping berat selama kegiatan berlangsung. Selain itu, seluruh peserta menyatakan terapi bekam bermanfaat dan tertarik untuk mengikuti terapi kembali di kemudian hari. Kegiatan ini menunjukkan bahwa implementasi terapi bekam sebagai terapi komplementer dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan berpotensi menjadi salah satu upaya pendukung dalam peningkatan kesehatan masyarakat.*

**Kata kunci:** pengabdian masyarakat, terapi bekam, terapi komplementer, kesehatan masyarakat.

### *Abstract*

*The use of complementary therapies is growing in line with the increasing public demand for health promotion and prevention efforts. Cupping therapy is a form of complementary therapy that has long been used by the community and is believed to be beneficial in reducing various health complaints, such as muscle pain and fatigue. There is a high level of public interest in cupping therapy, but knowledge about the correct procedure, safety, indications, and contraindications of the therapy is still limited. This situation highlights the importance of community service activities that not only provide therapy services but also appropriate health education. These community service activities aim to implement cupping therapy as a complementary therapy and increase public understanding of the benefits and safe procedures of cupping therapy, as well as improve public understanding of its use. The activity was carried out in Lumpur Village, Gresik District, Gresik Regency on January 23, 2026, involving 15 participants who were selected based on inclusion criteria and had no contraindications to cupping*

*therapy. The community service methods used included preparation, health education, cupping therapy implementation, and monitoring and evaluation. Cupping therapy was performed by trained personnel in accordance with standard operating procedures. The results of the activity showed that most participants experienced a reduction in complaints such as pain and stiffness after cupping therapy. Participants also reported feeling more relaxed and comfortable, and no severe side effects were found during the activity. In addition, all participants stated that cupping therapy was beneficial and they were interested in undergoing the therapy again in the future. This activity shows that the implementation of cupping therapy as a complementary therapy is well accepted by the community and has the potential to become one of the supporting efforts in improving public health.*

**Keywords:** community service, cupping therapy, complementary therapy, public health

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan masyarakat merupakan aspek penting dalam mendukung kualitas hidup dan produktivitas individu. Selain pengobatan konvensional, terapi komplementer semakin banyak dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai upaya pendukung dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan (1). Salah satu terapi komplementer yang telah dikenal luas adalah terapi bekam, yang dipercaya memiliki manfaat dalam membantu mengurangi keluhan seperti nyeri, pegal, dan kelelahan (2). Seiring meningkatnya kebutuhan terhadap pendekatan promotif dan preventif, penggunaan terapi komplementer berkembang secara global (2).

Pengobatan komplementer adalah metode perawatan kesehatan di seluruh dunia yang terintegrasi dalam sistem medis modern, termasuk dalam kurikulum medis. Meskipun pengobatan modern lebih mujarab, tetapi pengobatan tradisional terus dipraktikkan oleh masyarakat. Lebih dari 70% populasi dunia tetap menggunakan sistem pengobatan komplementer (*Complementary medicine*) (3). Di daerah pedesaan, kepercayaan dan praktik budaya sering digunakan masyarakat terutama pada perawatan diri, pengobatan konvensional dan konsultasi dengan tabib tradisional (4).

Terapi bekam, merupakan bagian dari terapi komplementer yang digunakan di seluruh dunia. Terapi bekam dapat memiliki banyak manfaat, misalkan memperbaiki ketidakseimbangan biologik internal, seperti memulihkan dan memperlancar sirkulasi dan aliran darah (5). Bekam basah dalam bahasa Inggris dikenal dengan *cupping therapy* menjadi pengobatan medis tradisional untuk keseimbangan sistem organ. Penggunaan metode terapi bekam berakar pada sains, budaya dan agama di berbagai negara (2). Bekam basah adalah pendekatan terapeutik yang diyakini dapat mencegah dan mengobati penyakit serta meningkatkan kesejahteraan (6).

Terapi bekam secara umum digambarkan sebagai teknik menggunakan cup/cangkir yang diletakkan di atas kulit untuk menciptakan tekanan negatif melalui penyedotan, teknik ini dapat membersihkan tubuh dengan pengeluaran zat-zat yang mengandung toksin (5). Bekam merupakan salah satu terapi kesehatan tertua di dunia, berusia ribuan tahun dan telah dipraktikkan oleh berbagai macam peradaban besar kuno di dunia termasuk Mesir, Persia, Babilonia, Cina, India, Yunani dan Romawi. Praktik bekam masih berlangsung hingga hari ini, dan begitu banyak penelitian yang telah mempublikasikan manfaat bekam dari aspek kesehatan (7). Oleh karena itu, tidak mengherankan jika bekam adalah terapi yang diterima oleh semua kalangan dan bangsa dengan manfaat yang terbukti baik dan dengan teknis pelaksanaan yang mudah dan sederhana. Secara medis, semakin banyak penelitian yang telah mengevaluasi manfaat bekam pada berbagai macam penyakit (3).

Survei multinasional menunjukkan bahwa pemanfaatan pengobatan tradisional untuk kondisi umum seperti diabetes dan hipertensi di negara-negara berpenghasilan rendah hingga menengah cukup tinggi, dengan prevalensi penggunaan tradisional sekitar 8–15% dalam beberapa kondisi kesehatan tertentu (8).

Di Indonesia, data dari Indonesia Family Life Survey (IFLS) 2014–2015 mencatat bahwa 24,4% orang dewasa pernah menggunakan praktisi atau pengobatan tradisional dalam empat minggu terakhir, dan 32,9% menggunakan terapi komplementer dalam periode yang sama (7). Di samping itu, survei nasional Kemenkes sebelumnya menunjukkan bahwa hampir setengah penduduk usia  $\geq 15$  tahun pernah mengonsumsi jamu atau ramuan tradisional, yang mencerminkan luasnya adopsi pengobatan tradisional di masyarakat (4).

Peran tenaga kesehatan tradisional juga signifikan. Pada 2023 tercatat terdapat 447 tenaga kesehatan tradisional di Indonesia, dengan jumlah tertinggi berada di Provinsi Jawa Timur sebanyak 143 orang (9). Hal ini menunjukkan adanya basis sumber daya lokal yang memadai untuk praktik terapi tradisional, termasuk terapi bekam, namun standar pelayanan dan edukasi yang tepat masih perlu terus ditingkatkan (5).

Secara khusus di Kabupaten Gresik, bukti penggunaan terapi tradisional seperti bekam menunjukkan bahwa masyarakat sering memanfaatkan metode ini untuk keluhan umum seperti pegal, nyeri, dan keseimbangan energi tubuh. Namun, pemahaman yang benar mengenai prosedur, indikasi, kontraindikasi, dan keamanan terapi masih beragam di masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengimplementasikan terapi bekam yang aman dan efektif, disertai edukasi kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan terapi komplementer secara tepat.

Kabupaten Gresik berdasarkan data BPS, 2020 bahwa penyakit hipertensi mencapai 1176 pasien dan masuk kedalam kasus urgensi. Beberapa pasien yang memilih terapi komplementer karena ketidakpuasan dengan pengobatan konvensional yang mereka gunakan sebelumnya mendengar dari orang lain bahwa bekam efektif dalam mengobati penyakit tertentu. Namun, yang lain menganggap komplementer lebih sesuai dengan nilai atau keyakinan mereka tentang kesehatan. Penggunaan komplementer oleh pasien, terutama yang tinggal di pedesaan, juga terlihat meningkat. WHO merekomendasikan penelitian sosial tentang motivasi penggunaan obat tradisional komplementer yang dengan anggapan bahwa di negara berkembang, sistem non-konvensional digunakan karena ketersediaan dan aksesibilitasnya (10).

Keanekaragaman jenis pelayanan kesehatan alternatif di Indonesia, terapi bekam adalah metode kuno dan holistik yang menjadi salah satu solusi bagi masyarakat untuk pengobatan berbagai penyakit. Dapat menstimulasi sirkulasi darah dalam tubuh secara umum melalui zat Nitrit Oksida (NO) yang berperan memperluas pembuluh darah sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah (6). Apabila terapi bekam dilakukan pada satu titik maka kulit (kutis), jaringan bawah kulit (subkutis), fasia, dan otot akan mengaktifasi mast cell untuk melepaskan beberapa zat seperti serotonin, histamine, baradikinin, slowreaching substance (SRS) serta zat lain yang belum diketahui (9). 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 (6).

Banyak penelitian yang telah membuktikan bekam dapat mengobati beberapa penyakit sehingga membuat bekam banyak dicari dan diminati oleh banyak orang (1). Beberapa penelitian menyatakan seseorang yang melakukan bekam akan merasakan efek nyaman dengan hilangnya rasa nyeri, sakit dan pusing di kepala dengan cepat (9). Bekam efektif untuk pengobatan beberapa penyakit seperti pengurangan jerawat, penyembuhan nyeri otot, pengobatan *herpes zoster*, mencegah perkembangan penyakit kardiovaskular, menurunkan tekanan darah, mengurangi sakit leher, perawatan luka, sakit kepala, *osteoarthritis* lutut, *spondulosis* leher, diabetes miltus dan penyakit degeneratif. Walapun memiliki banyak manfaat dan peminat, bekam juga memiliki efek samping yang menyebabkan komplikasi (10). Komplikasi tersebut dapat terjadi karena dalam praktik bekam yang melakukan sayatan pada kulit akan menjadi *port d'entrée*' (portal masuk) kuman dari kulit sehingga dalam praktiknya terapis perlu memperhatikan sterilisasi alat bekam. Beberapa komplikasi yang terjadi setelah seseorang melakukan bekam seperti infeksi kulit, anemia, abses pada jaringan kulit. Selain itu sensasi melepuh dan perih pada kulit juga kadang terjadi pada pasien yang berbekam dikarenakan tekanan negatif pada kop yang terlalu tinggi sehingga membuat pasien tidak nyaman (9).

Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang tidak hanya memberikan layanan terapi bekam, tetapi juga disertai edukasi kesehatan mengenai terapi komplementer yang aman dan sesuai standar. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengimplementasikan terapi bekam sebagai terapi komplementer serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap pemanfaatan terapi bekam secara tepat. Diharapkan kegiatan ini dapat menjadi salah satu upaya dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

## 2. METODE

### 1. Desain Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode pendekatan partisipatif dan aplikatif, yang bertujuan untuk mengimplementasikan terapi bekam sebagai terapi komplementer dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat.

### 2. Lokasi dan Waktu

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Kelurahan Lumpur Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik pada tanggal 23 Januari 2026.

### 3. Sasaran dan Jumlah Peserta

Sasaran kegiatan adalah masyarakat kelurahan Lumpur dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang. Peserta dipilih secara purposive sampling dengan kriteria bersedia mengikuti kegiatan, dalam kondisi kesehatan stabil, dan tidak memiliki kontraindikasi terhadap terapi bekam.

**4. Tahapan Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

**a. Persiapan**

Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pihak setempat, perizinan kegiatan, penyusunan materi edukasi, serta persiapan alat dan bahan terapi bekam sesuai standar keamanan dan kebersihan.

**b. Edukasi Kesehatan**

Peserta diberikan edukasi mengenai terapi bekam, meliputi pengertian, manfaat, prosedur pelaksanaan, indikasi dan kontraindikasi, serta efek samping yang mungkin terjadi. Edukasi dilakukan melalui metode ceramah dan diskusi.

**c. Pelaksanaan Terapi Bekam**

Terapi bekam dilakukan oleh tenaga terlatih sesuai dengan prosedur operasional standar (SOP). Setiap peserta menjalani pemeriksaan awal sederhana sebelum tindakan, kemudian dilakukan terapi bekam sesuai indikasi dan kondisi peserta.

**d. Monitoring dan Evaluasi**

Setelah pelaksanaan terapi bekam, dilakukan observasi terhadap respon peserta, termasuk keluhan yang dirasakan dan efek setelah terapi. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui umpan balik peserta untuk menilai manfaat dan penerimaan terapi bekam sebagai terapi komplementer.

**5. Teknik Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan melalui observasi langsung selama kegiatan, wawancara singkat, serta dokumentasi kegiatan pengabdian masyarakat.

**6. Analisis Data**

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan pelaksanaan kegiatan dan respon peserta terhadap terapi bekam.

**3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa implementasi terapi bekam sebagai terapi komplementer telah dilaksanakan dengan melibatkan 25 peserta. Kegiatan berlangsung dengan lancar dan mendapatkan respon positif dari seluruh peserta.

**1. Karakteristik Peserta**

Peserta kegiatan berjumlah 25 orang dengan karakteristik usia dan jenis kelamin yang beragam. Seluruh peserta dalam kondisi kesehatan stabil dan memenuhi kriteria untuk dilakukan terapi bekam. Peserta adalah penderita hipertensi yang bertujuan dapat mengurangi keluhan kesehatan seperti nyeri otot, pegal, dan kelelahan.

**2. Pelaksanaan Terapi Bekam**

Terapi bekam berhasil dilakukan kepada seluruh peserta sesuai dengan prosedur operasional standar (SOP). Sebelum tindakan, dilakukan pemeriksaan awal untuk memastikan tidak adanya kontraindikasi. Selama pelaksanaan, peserta kooperatif dan tidak ditemukan hambatan berarti.

**3. Respon dan Keluhan Peserta**

Setelah pelaksanaan terapi bekam, sebagian besar peserta melaporkan adanya penurunan keluhan seperti berkurangnya rasa nyeri, pegal, dan rasa tidak nyaman pada tubuh. Peserta juga menyatakan merasa lebih rileks dan nyaman setelah terapi.

**4. Efek Samping**

Selama dan setelah pelaksanaan terapi bekam, tidak ditemukan efek samping berat. Beberapa peserta mengalami efek ringan berupa kemerahan pada area bekam yang bersifat sementara dan hilang dalam waktu singkat.

**5. Evaluasi Kegiatan**

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai terapi bekam sebagai terapi komplementer setelah mengikuti kegiatan edukasi. Seluruh peserta menyatakan tertarik dan bersedia mengikuti kembali terapi bekam di kemudian hari sebagai upaya menjaga kesehatan.

**Tabel 1. Respon peserta terhadap pelaksanaan terapi bekam**

No.	Respon Peserta	Jumlah (n)	Prosentase (%)
1	Merasakan penurunan keluhan (nyeri/pegal)	22	88
2	Merasa lebih rileks dan nyaman	23	92
3	Mengalami efek samping ringan (kemeran lokal)	2	8
4	Tidak mengalami efek samping	21	84
5	Tertarik mengikuti terapi bekam kembali	25	100
6	Menilai terapi bekam bermanfaat	24	96

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar peserta (88%) merasakan penurunan keluhan setelah dilakukan terapi bekam. Sebanyak 92% peserta merasa lebih rileks dan nyaman, serta 96% menilai terapi bekam bermanfaat sebagai terapi komplementer. Seluruh peserta (100%) menyatakan ketertarikan untuk mengikuti terapi bekam kembali.

Bekam merupakan sebuah metode dengan mengeluarkan darah hasil metabolisme atau darah yang terkontaminasi racun dan oksidan dari tubuh lewat permukaan kulit (6). Terapi bekam adalah teknik penyembuhan kuno yang digunakan beberapa orang untuk meredakan nyeri. Terapi bekam dengan meletakkan cangkir di punggung, perut, lengan, kaki, atau bagian lain dari tubuh. Vakum atau gaya isap di dalam cangkir menarik kulit ke atas (3). Hisapan dari terapi bekam menarik cairan ke area yang dipasang mangkuk. Kekuatan hisap ini mengembang dan membuka pembuluh darah kecil (kapiler) di bawah kulit. Tubuh mengisi kembali area yang dibekam dengan aliran darah yang lebih sehat dan merangsang penyembuhan yang tepat dan normal pada tingkat sel. Karena efek ini, terapi bekam dapat mengeluarkan racun (11).

Bekam dapat meringankan gejala dengan meningkatkan sirkulasi darah perifer dan meningkatkan kekebalan tubuh. Studi mendapatkan efek terapi bekam antara lain meningkatkan aliran darah kulit, mengubah sifat biomekanik kulit, meningkatkan ambang nyeri, meningkatkan metabolisme anaerobik lokal (tanpa oksigen), mengurangi peradangan, meningkatkan imunitas seluler (6).

Menurut hasil penelitian, bekam dapat mengeluarkan racun dengan merangsang respon imun, baik secara lokal maupun sistemik. Ini juga dapat menghilangkan asam urat, produk limbah alami dari pencernaan makanan tertentu. Penumpukan asam urat dapat menyebabkan tingginya tingkat keasaman dalam darah dan urin. Bekam juga memiliki efek positif pada sistem limfatis, yang sebagian bertanggung jawab untuk membuang limbah tubuh. Ketika aliran getah bening terganggu, hal itu dapat menyebabkan penumpukan cairan dan mencegah tubuh membuang racun (10). Terapi bekam dapat membantu meningkatkan aliran getah bening dan mencegah penumpukan cairan. Bukti kemampuan bekam untuk menghilangkan racun sangat menjanjikan, tetapi penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memastikannya (10). Bekam telah digunakan untuk mengobati berbagai macam kondisi. Hal ini mungkin sangat efektif untuk meredakan kondisi yang menyebabkan nyeri dan nyeri otot. Karena terapi bekam dapat diterapkan pada titik akupresur utama, praktik ini mungkin efektif untuk mengatasi masalah pencernaan, masalah kulit, dan kondisi lain yang biasanya diobati dengan akupresur.

Bekam juga mengontrol kadar hormon aldosteron, nitrat oksida (NO), yang terlibat dalam vasodilatasi. Melalui nitrat oksida, ia juga meningkatkan kebutuhan nitrit dan suplai darah ke sel-sel dan lapisan arteri dan vena, menjadikannya lebih kuat dan elastis (3).

Bekam juga berperan dalam merangsang reseptor (baroreseptor) yang memungkinkan pembuluh darah merespon rangsangan dan menjadi lebih sensitif terhadap faktor penyebab tekanan darah tinggi (5). Terapi bekam dapat membantu kondisi-kondisi berikut ini, antara lain nyeri punggung bawah, nyeri leher dan bahu, sakit kepala dan migrain, sakit lutut, herpes zoster, kelumpuhan wajah, batuk dan dispnea, jerawat, herniasi diskus lumbal, spondilosis serviks, brachialgia, rasa sakit yang dihasilkan oleh saraf yang terperangkap di leher, sindrom terowongan karpal, hipertensi, diabetes mellitus, artritis reumatoid dan asma (12).

**Gambar 1.** Kegiatan Bekam

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa implementasi terapi bekam sebagai terapi komplementer telah terlaksana dengan baik dan melibatkan 15 peserta. Pelaksanaan terapi bekam disertai dengan edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai manfaat, prosedur, serta keamanan terapi bekam. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta merasakan penurunan keluhan kesehatan seperti nyeri dan pегal, serta merasa lebih rileks dan nyaman setelah terapi. Tidak ditemukan efek samping berat selama kegiatan berlangsung, sehingga terapi bekam dapat dikatakan aman apabila dilakukan oleh tenaga terlatih sesuai dengan prosedur operasional standar. Secara umum, terapi bekam sebagai terapi komplementer dapat diterima dengan baik oleh masyarakat dan berpotensi menjadi salah satu upaya pendukung dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Hidayat MR, Laksono EB, Mm WQ. Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kualitas Tidur Pada Program Pengelolaan Panyakit Kronis ( Prolanis ). 2025;8.
2. Aisy N, Fitrianur WL, Suminar E. Pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik. 2025;
3. Herman H. Pengaruh Terapi Komplementer Bekam Basah terhadap Perubahan Darah Rutin Perokok Aktif di Kota Kendari: Penelitian Kuasi Eksperimen Effect of Wet Cupping Complementary Therapy on Blood Changes in Active Smokers in Kendari City A Quasi - Experimental Study. 2022;51–65.
4. Taufiq M, Hakim A, Sutysna H. DISORDERS DI KLINIK BEKAM KOTA MEDAN. 2023;10(2).
5. Existence THE, Cupping OF, Pbr THE, In C, City M. EKSISTENSI PENGGUNAAN BEKAM DAN EFEK SAMPINGNYA : ANALISIS. 2023;17:42–51.
6. Khomsah IY, Nurani RD. Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi The Effect of Cupping Therapy on Reducing Blood Pressure in Hypertensive Patients. 2024;6:12–8.
7. Terapi P, Terhadap B, Kolesterol K, Pada T, Klinik D, Makassar H. Fakumi medical journal.

**Vol. 5, No. 1 Januari 2026**

- 2023;3(8).
- 8. Rini DS, Muhsina S, Sari PN, Keperawatan J, Kendari PK. Madago Nursing Journal. 2024;5(2).
  - 9. Halim W, Lampung B, Putra HJ. Peningkatkan Keterampilan Mahasiswa Dalam Terapi Bekam Sebagai Pengobatan Alternatif Bersama Klinik Master Bekam Di Kelurahan. 2025;3(2):275–81.
  - 10. Sembilan U, November B, Belakang AL, Design CG, Kolaka P, Kunci K, et al. Pengaruh Terapi Bekam terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Quasy Eksperimental. 2021;6(1):53–60.
  - 11. Suryadi M, Sholehah B. Complementary Wet Cupping Therapy in Lowering Blood Pressure in Hypertension Patients. 2025;5(2):72–7.
  - 12. Terapi P, Kering B, Menurunkan D, Darah T, Dengan L, Di H, et al. SEMARANG APPLICATION OF DRY CUPPING THERAPY IN REDUCING BLOOD PRESSURE IN THE. 2021;6(2).