



Penerapan Terapi Bekam Basah Dengan Minyak Zaitun Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Resiko Perfusi Serebral Tidak Efektif Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di Puskesmas Tarokan Kabupaten Kediri

Dania Fitri Rahmawati^{1*}, Dhian Ika Prihanto², Norma Rinasari³

¹ Mahasiswa D-III Keperawatan FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri Indonesia

² Dosen FIKS Universitas Nusantara PGRI Kediri Indonesia

*Email korespondensi: daniafitrirahma27@gmail.com

Diterima:
23 Juli 2025

Dipresentasikan:
26 Juli 2025

Terbit:
18 September 2025

ABSTRAK

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang melebihi batas normal. Terapi bekam basah adalah salah satu metode komplementer yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tekanan darah pada anggota keluarga dengan masalah resiko perfusi serebral tidak efektif dengan diagnosa medis hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam basah dengan minyak zaitun. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus, subjek penelitian ini melibatkan 2 anggota keluarga yang mengalami tekanan darah tinggi dengan masalah resiko perfusi serebral tidak efektif dengan diagnosa medis hipertensi dengan terapi bekam basah dengan minyak zaitun. Intervensi dilakukan selama dua kali selama dua minggu, dengan bekam basah dengan minyak zaitun selama 15-20 menit. Instrumen penelitian meliputi lembar standar operasional prosedur (SOP) terapi, lembar observasi tekanan darah, dan alat pengukur tekanan darah (tensimeter). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kedua subjek. Tn. M mengalami penurunan 147/89 mmHg pada minggu pertama, minggu kedua 130/80 mmHg, sedangkan Tn H mengalami penurunan 138/89 mmHg pada minggu pertama, minggu kedua 130/80 mmHg. Penurunan ini menunjukkan bahwa terapi bekam basah dengan minyak zaitun dapat menurunkan tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami masalah hipertensi. Rekomendasi, terapi bekam basah dengan minyak zaitun dapat dijadikan sebagai alternatif intervensi keperawatan mandiri yang aman, murah, mudah diaplikasikan dalam upaya pengelolaan tekanan darah pada anggota keluarga.

Kata Kunci: Hipertensi, Anggota Keluarga, Terapi Bekam Basah, Minyak Zaitun, Perfusi Serebral Tidak Efektif

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah seseorang yang mengalami darah tinggi akibat desakan darah yang berlebihan yang tidak konstan pada arteri, yaitu dimana tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih.

Menurut data WHO tahun 2025 diperkirakan sebanyak 1,5 miliar orang terkena hipertensi. Di Indonesia tahun 2018 dengan prevalensi sebesar 34,1%



dengan penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2021 angka kejadian hipertensi dijawa timur mencapai 11.686.430 kejadian, sedangkan 2022 angka menurun drastis diangka 195.225. Jumlah hipertensi dikediri mencapai 24.236 jiwa pada tahun 2018, dan naik menjadi 85.513 pada tahun 2019, pada tahun 2020 angka kejadian mencapai lebih 98.613. Jumlah hipertensi terbanyak pada tahun 2023 berada diwilayah Puskesmas Tarokan yaitu sebanyak 13.313 orang.

Faktor penyebab terjadinya hipertensi adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (faktor resiko yang tidak dapat diubah/dikontrol), kebiasaan merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik, stres, penggunaan estrogen dan salah satunya yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi adalah pola konsumsi garam dengan intake berlebihan. Salah satu bentuk terapi komplementer yang populer secara global adalah terapi bekam, penelitian ini mengusulkan penerapan terapi bekam basah dengan minyak zaitun sebagai upaya menurunkan tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi di Puskesmas Tarokan.

METODE

Metode penelitian berisikan pendekatan penelitian. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan metode penelitian studi kasus. Penelitian ini bertujuan menganalisis tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami masalah perfusi serebral tidak efektif dengan diagnosa medis hipertensi sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam basah dengan minyak zaitun. Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui perubahan tekanan darah pada anggota keluarga yang mengalami masalah resiko perfusi serebral tidak efektif dengan diagnosa medis hipertensi sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam basah dengan minyak zaitun. Lokasi dari penelitian ini adalah di wilayah kerja puskesmas tarokan. Penelitian ini adalah di wilayah kerja Puskesmas Tarokan Penelitian ini mengenai penerapan terapi bekam basah dengan minyak zaitun pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tarokan yang akan dilaksanakan pada tanggal 8 & 15 Mei 2025, pelaksanaan dilakukan selama 2 minggu sebanyak 2 kali dengan durasi 15-20 menit. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 2 anggota keluarga yang mengalami tekanan darah tinggi dengan masalah resiko perfusi serebral tidak efektif dengan diagnosa medis hipertensi dengan menerapkan terapi bekam basah dengan minyak zaitun. Proses penelitian dimulai dengan mengurus perijinan kepada institusi terkait, termasuk Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) UNP PGRI Kediri, Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri, dan Puskesmas Plosoklaten. Selanjutnya, peneliti menjelaskan maksud, tujuan, dan waktu penelitian kepada kepala puskesmas serta penanggung jawab untuk mendapatkan persetujuan melibatkan pasien. Peneliti kemudian menginformasikan maksud dan tujuan penelitian kepada pasien serta meminta mereka menandatangani lembar informed consent sebagai bukti persetujuan. Data yang diperoleh kemudian diolah dan hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan teks.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

1. Tekanan Darah Subyek Sebelum Diberikan Terapi Bekam Basah Dengan Minyak Zaitun

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui subyek sebelum dilakukan terapi bekam basah dengan minyak zaitun seperti pada tabel.

Tabel 1 Hasil Tekanan Darah Sebelum Diberikan Terapi Bekam Basah Dengan Minyak Zaitun

No	Subyek	Minggu	Tekanan Darah
1	Tn. M	1	155/89 mmHg
		2	140/83 mmHg
2	Tn. H	1	150/90 mmHg
		2	135/89 mmHg

Berdasarkan tabel 4.1 pemeriksaan dilakukan sebelum terapi bekam basah dengan minyak zaitun pada minggu pertama diketahui tingkat hipertensi Tn. M dengan tekanan darah 155/89 mmHg, dan pada minggu kedua 140/83 mmHg . Sedangkan Tn. H dengan tekanan darah yaitu 150/90 mmHg, dan pada minggu kedua 135/89 mmHg.

2. Tekanan Darah Subyek Setelah Diberikan Terapi Bekam Basah Dengan Minyak Zaitun

Tekanan darah subyek setelah dilakukan terapi bekam basah dengan minyak zaitun, Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui perubahan hipertensi setelah dilakukan terapi bekam seperti tabel.

Tabel 2 Hasil Tekanan Darah Setelah Diberikan Terapi Bekam Basah Dengan Minyak Zaitun

No	Subyek	Minggu	Tekanan Darah
1	Tn. M	1	147/89 mmHg
		2	130/80 mmHg
2	Tn. H	1	138/89 mmHg
		2	130/80 mmHg

Dari tabel 4.2 diatas pemeriksaan yang dilakukan sesudah dilakukan terapi bekam basah dengan minyak zaitun pada minggu pertama diketahui tekanan darah Tn. M yaitu 147/89 mmHg dan pada minggu kedua 130/80 mmHg. Sedangkan pada minggu pertama Tn. H tekanan darah yaitu 138/89 mmHg dan pada minggu kedua yaitu 130/80 mmHg.

Pembahasan

Hasil penelitian mengenai perubahan tekanan darah pada kedua anggota keluarga yang menderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi bekam



basah dengan minyak zaitun yaitu minggu pertama sebelum terapi tekanan darah Tn.M adalah 155/89 mmHg, dan pada minggu kedua tekanan darah Tn.M 140/83 mmHg. Sedangkan Tn.H pada minggu pertama 150/90 mmHg, dan pada minggu kedua adalah 135/89 mmHg .

Hasil minggu pertama setelah terapi tekanan darah Tn.M adalah 147/89 mmHg, dan pada minggu kedua tekanan darah Tn.M adalah 130/80 mmHg. Sedangkan Tn.H pada minggu pertama 138/89 mmHg, dan pada minggu kedua adalah 130/80 mmHg.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Nuridah dan Yodang yang berupa penelitian menggunakan quasi eksperiment menunjukkan terjadinya penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi bekam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah (sistolik dan diastolik) responden antara sebelum dan sesudah terapi bekam (Nuridah dan Yodang, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Sormin, T. (2019) bahwa tekanan darah yang menurun terjadi pada pasien hipertensi setelah dilakukan bekam, dengan rata-rata awal tekanan darah sistolik 152,50 mmHg dan tekanan darah diastolik rata-rata 85,25 mmHg setelah dilakukan bekam dua kali dengan jeda waktu 2 minggu mengalami perubahan tekanan darah diastolik 80 mmHg. Terapi yang dikerjakan oleh terapis kepada pasien dengan bekam basah, dilakukan penyayatan dipermukaan kulit yang akan disayat terlebih dahulu dilakukan *massage* dan diakhiri dengan relaksasi.

Berdasarkan hasil penelitian, terapi bekam diketahui mampu membantu proses detoksifikasi dengan merangsang respons imun, baik di area tertentu maupun di seluruh tubuh. Selain itu, terapi ini juga berperan dalam mengurangi kadar asam urat, yaitu produk limbah alami dari pencernaan makanan tertentu. Akumulasi asam urat dapat meningkatkan keasaman darah dan urin (Faidah & Muliawati, 2021). Bekam juga memberikan dampak positif terhadap sistem limfatik, yang memiliki fungsi penting dalam mengeluarkan limbah dari tubuh. Gangguan pada aliran getah bening dapat menyebabkan penumpukan cairan dan menghambat proses pembuangan racun. Terapi bekam berpotensi memperlancar sirkulasi getah bening dan mencegah akumulasi cairan. Meski hasil awal mengenai kemampuan bekam dalam mengeluarkan racun cukup menjanjikan, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memastikannya (Stephens et al., 2020).

Dalam penelitian lain oleh Fatonah et al. (2017) yang berjudul *Pengaruh Terapi Bekam terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi*, ditemukan bahwa terjadi perubahan tekanan darah setelah pasien menerima terapi bekam. Sebelum intervensi, tekanan darah sistolik rata-rata pasien tercatat sebesar 156,57 mmHg dengan standar deviasi 15,83 mmHg. Setelah menjalani terapi bekam, tekanan darah sistolik menurun menjadi 149 mmHg, meskipun masih dalam kategori hipertensi. Selain itu, faktor lingkungan seperti stres, kelebihan berat badan (obesitas), dan kurangnya aktivitas fisik juga turut memicu terjadinya hipertensi esensial.

Peneliti juga mendukung teori dari peneliti-peneliti sebelumnya bahwa terapi bekam basah dengan minyak zaitun dapat menurunkan tekanan darah pada



penderita hipertensi. Selain itu, dalam penelitian ini peneliti menambahkan kombinasi dengan minyak zaitun didalam bekam basah. Hasilnya menunjukkan bahwa kombinasi minyak zaitun memberikan efek melembabkan dalam kulit, merileksasikan dan menurunkan ketegangan otot, serta memberikan sensasi hangat dan memperlancar aliran darah di permukaan kulit.

KESIMPULAN

Terapi bekam basah dengan minyak zaitun terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah pada anggota keluarga dengan masalah keperawatan risiko perfusi serebral tidak efektif. Terapi ini dapat diterapkan sebagai intervensi keperawatan mandiri di komunitas karena sifatnya yang praktis dan ekonomis. Disarankan agar tenaga kesehatan, terutama perawat keluarga, mempertimbangkan terapi ini sebagai alternatif dalam pengelolaan hipertensi pada anggota keluarga.

DAFTAR RUJUKAN

- Astuti, W., & Syarifah, N. Y. (2018). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Sehat Mugi Barokah Karakan Godean Sleman Yogyakarta. *Mikki*, 7(1), 8–16. <https://doi.org/10.30829/mikki.v7i1.13>
- Fatonah, S., Rihiantoro, T., & Astuti, T. (2017). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah penderita hipertensi. *Jurnal Kesehatan*. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62909>
- Nuridah, N., & Yodang, Y. (2021). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi: Studi quasi eksperimental. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), 53–60. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62909>
- Sormin, T. (2019). Pengaruh terapi bekam terhadap tekanan darah penderita hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 123-128. <https://doi.org/10.26630/jkep.v11i1.519>
- Stephens, S. L., Selkow, N. M., & Hoffman, N. L. (2020). Dry cupping therapy for improving nonspecific neck pain and subcutaneous hemodynamics. *Journal of Athletic Training*, 55(7). <https://doi.org/10.4085/1062-6050-236-19>