

# Pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik

Nadiyah 'Aisy<sup>1\*</sup>, Widya Lita Fitrihanur<sup>1</sup>, Ervi Suminar<sup>1</sup>,  
Wiwik Widiyawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik

Jurnal Kesehatan  
e-ISSN: 2502-0439



Informasi artikel  
Diterima : 06 Februari 2025  
Revisi : 12 Maret 2025  
Diterbitkan : 31 Juli 2025

Korespondensi  
nama penulis: Nadiyah 'Aisy  
afiliasi: Universitas Muhammadiyah Gresik  
email: [widyalita.fitrihanur@umg.ac.id](mailto:widyalita.fitrihanur@umg.ac.id)

## Sitasi:

Aisy, N.; Fitrihanur, W.L.; Suminar, E.; Widiyawati, W. (2025). Pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik. *Jurnal Kesehatan*. 13(1)

## ABSTRAK

Kolesterol merupakan lipid sterol penting dalam kesehatan manusia tetapi kadar kolesterol tinggi dapat menyebabkan penyakit seperti serangan jantung dan stroke. Upaya mengatasi kadar kolesterol yang tinggi selain melakukan terapi farmakologis, Pasien dapat melakukan terapi non-farmakologi salah satunya terapi bekam basah. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik. Penelitian ini adalah pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Populasi penelitian adalah 85 pasien, dengan sampel 40 pasien. Teknik sampling yang di gunakan adalah purposive sampling dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian ini adalah lembar observasional kadar kolesterol dan SOP terapi bekam basah. Analisa data menggunakan uji Simple Paired T-Test. Rerata kadar kolesterol sebelum terapi bekam basah adalah 239,15 mg/dL dan setelah terapi adalah 224,88 mg/dL. Hasil uji T berpasangan menunjukkan nilai p-value 0,025 (<0,05). Ada pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik. Terapi bekam basah disarankan menjadi intervensi non-farmakologi yang dapat dimanfaatkan pasien untuk menurunkan kadar kolesterol.

Kata Kunci: Terapi Komplementer Bekam Basah, Kolesterol.

## ABSTRACT

*Cholesterol is an important sterol lipid in human health but high cholesterol levels can lead to diseases such as heart attacks and strokes. In addition to pharmacological therapy, patients can do non-pharmacological therapy, one of which is wet cupping therapy. The purpose of this study is to determine the effect of wet cupping complementary therapy on the reduction of cholesterol levels at the Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik. This study is pre-experimental with a one-group pretest-posttest approach. The study population was 85 patients, with a sample of 40 patients. The sampling technique used is purposive sampling by considering inclusion and exclusion criteria. The instruments of this research are observational sheets of cholesterol levels and SOP for wet cupping therapy. Data analysis was conducted using the Simple Paired T-Test. The average cholesterol level before wet cupping therapy was 239.15 mg/dL and after therapy was 224.88 mg/dL. The results of the paired T test showed a p-value of 0.025 (<0.05). There is an effect of wet cupping complementary therapy on the reduction of cholesterol levels at the Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik. Wet cupping therapy is recommended to be a non-pharmacological intervention that sufferers can use to lower cholesterol levels.*

*Keywords: Complementary Therapy for Wet Cupping, Cholesterol.*

## PENDAHULUAN

Kolesterol merupakan lipid sterol yang diproduksi oleh sel-sel hewan

berupa molekul biologis yang relatif kecil yang memainkan peran penting dalam tubuh manusia (Li et al., 2019).

Kolesterol juga merupakan blok bangunan penting untuk membran sel dan juga prekursor penting untuk produksi hormon. Hingga kadar tertentu, kolesterol bermanfaat bagi tubuh manusia. Kadar kolesterol yang lebih tinggi dikaitkan dengan banyak penyakit (Li et al., 2019).

Kejadian kolesterol tinggi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kelebihan berat badan, aktivitas fisik, pola makan, dan status sosial ekonomi. Orang yang memiliki pengetahuan dan gaya hidup sehat, seperti mengonsumsi makanan seimbang, menjaga kebersihan tangan sebelum makan, dan rutin menggosok gigi, cenderung memiliki kesehatan fisik yang baik. Namun, gaya hidup tidak sehat seperti konsumsi alkohol, penggunaan narkoba, merokok, dan perilaku seks bebas, meningkatkan risiko terkena penyakit, termasuk kolesterol tinggi (Suarsih, 2020).

Data statistik American Heart Association (AHA) (2024), menunjukkan pada tahun 2017 hingga 2020, terdapat 86,4 juta, atau 34,7% orang dewasa di Amerika Serikat memiliki kolesterol total 200 mg / dL atau lebih tinggi, Sedangkan pada tahun 2021 secara global terdapat 3,72

juta kematian yang disebabkan oleh tingginya kadar kolesterol low-density lipoprotein, perubahan 19,8% dari tahun 2010. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (2018) Proporsi Kadar Kolesterol Total di Indonesia di atas kadar normal pada penduduk usia  $\geq 15$  tahun sebanyak 21,2% dan kadar kolesterol yang tinggi sebanyak 7,6% dengan jumlah 34.820 penduduk. Sedangkan pada tahun 2016 provinsi Jawa Timur menempati urutan yang ke 23 untuk kejadian kolesterol tinggi sebanyak 2967 orang atau 36,1% (Kementrian Kesehatan RI, 2017).

Berdasarkan Data dari Dinas kesehatan Gresik jumlah orang dengan kolesterol tinggi di Gresik menunjukkan peningkatan. Pada tahun 2022, tercatat sebanyak 4.334 orang mengalami kondisi tersebut. Angka tersebut melonjak menjadi 10.785 orang pada tahun 2023. Hingga bulan Juni tahun 2024, jumlah penderita kolesterol tinggi mencapai 5.831 orang. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan jumlah kejadian kolesterol di Gresik setiap tahunnya.

Di tengah tingginya angka kejadian kadar kolesterol tinggi di Indonesia, masalah kolesterol ini tentu menjadi perhatian publik, terutama bagi

penduduk di kota Gresik. Selain itu kolesterol tinggi dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan seperti serangan jantung dan stroke, yang merupakan pembunuh utama dunia (AHA 2022). Oleh karena itu perlunya penanganan kolesterol yang tepat untuk menurunkan kadar kolesterol tinggi, sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya komplikasi penyakit yang lain.

Pengelolaan kolesterol dapat dilakukan melalui terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi yang sering digunakan mencakup kelompok statin seperti atorvastatin, fluvastatin, lovastatin, pravastatin, rosuvastatin, dan simvastatin. Statin bekerja dengan mengurangi produksi LDL dan meningkatkan pemecahan LDL melalui reseptor LDL, sehingga efektif menurunkan kadar lipid dalam tubuh (Windasari et al., 2019). Menurut AHA (2022) *low-density* lipoprotein (LDL) dikenal sebagai jenis kolesterol jahat, dan tingginya kadar kolesterol LDL dapat menyebabkan stroke dan penyakit jantung. *Statin*, sebagai obat yang digunakan untuk mengontrol kadar kolesterol dalam tubuh, sebenarnya relatif aman untuk

dikonsumsi dalam jangka panjang. Namun, seperti obat lainnya, efek samping *Statin* dapat menyebabkan masalah pada otot metabolik dan neurologis seperti *myalgia*, *miopati*, dan *rhabdomyolisis* (Nugraha et al., 2021).

Karena itu, dalam upaya mengatasi kadar kolesterol yang tinggi, selain melakukan terapi farmakologis, masyarakat perlu mempertimbangkan terapi non-farmakologi salah satunya yaitu terapi komplementer sebagai pengobatan pendukung untuk menurunkan kadar kolesterol. Terapi komplementer pada dasarnya didukung oleh berbagai teori, seperti teori Nightingale, Roger, Leininger, dan lainnya. Terapi ini bisa diterapkan pada berbagai tingkat pencegahan, di mana perawat berperan sesuai kebutuhan klien. (Rosyanti et al., 2020). Terapi komplementer juga merupakan pengembangan dari terapi tradisional dan sering kali diintegrasikan dengan terapi modern, yang bertujuan untuk meningkatkan keseimbangan individu dari aspek biologis, psikologis, dan spiritual (Sari & Suminar, 2020).

Bekam basah adalah salah satu metode terapi tambahan yang bisa membantu menurunkan kadar kolesterol tinggi. Bekam basah (*A/-*

*Hijamah*) adalah metode pengobatan komplementer kuno yang digunakan oleh orang-orang dari berbagai budaya, termasuk orang Arab, Cina, dan Yunani (Ahmed et al., 2022).

Hasil riset yang dilakukan oleh Marleni dkk. (2021) menunjukkan bahwa adanya pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol pada pasien. Hal ini ditunjukkan oleh nilai p-value sebesar  $p < 0.000$  ( $p\text{-value} < 0,05$ ), yang berarti terapi ini efektif secara statistik dalam menurunkan kolesterol. Rata-rata kadar kolesterol sebelum dilakukan terapi bekam sebesar 229,19 dan standar deviasi 21,557. Sedangkan rata-rata kadar kolesterol sesudah dilakukan terapi bekam sebesar 197,68 dan standar deviasi 21,587.

Prosedur bekam basah adalah mengambil darah dalam cup setelah sayatan dengan menggunakan pisau steril pada area kulit target yang disedot, baik dengan penarikan mekanis, pendinginan termal, atau penerapan flaming, dan untuk memudahkan pengisapan pada titik ini di tubuh pasien, maka digunakan cup (Ahmed dkk., 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh

peneliti di tempat Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik, didapatkan pasien yang melakukan terapi bekam basah dengan keluhan kolesterol selama periode 3 bulan (Februari-April 2024) sebanyak 254 pasien, dan setelah peneliti melakukan wawancara kepada terapis atau pemilik Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik, bahwa pasien yang memiliki keluhan kolesterol rata-rata datang melakukan terapi bekam basah sebagai alternatif yang terakhir setelah melakukan pengobatan kerumah sakit berkali-kali tetapi tidak ada perubahan pada penyakit kolesterolnya.

Dari uraian permasalahan yang telah di sebutkan di atas serta kurangnya penelitian tentang terapi bekam basah untuk kolesterol di daerah Gresik, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Terapi Komplementer Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik"

## **METODE**

Desain Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian *pre-eksperimental* dengan pendekatan one group pretest-posttest. Populasi

dalam penelitian ini adalah Rata-rata pasien yang memiliki keluhan kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik perbulannya sebanyak 85 pasien, dan dengan sampel 40 pasien. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling dengan mempertimbangkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang di gunakan pada penelitian ini yaitu : Lembar Observasional, *Kit set* alat pengukur kolesterol *GCU* beserta strip kolesterol dan SOP (Standar Operasional Prosedur) Terapi Bekam Basah.

Penelitian ini dilakukan di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik. Pengukuran kolesterol dilakukan 1 kali sebelum dan sesudah terapi bekam.

Kemudian pasien diberikan intervensi 1 kali terapi bekam basah dalam 1 kali pertemuan oleh terapis yang sudah terverifikasi standar PBI (Persatuan Bekam Indonesia) sesuai SOP. Setelah itu peneliti Melakukan pengecekan kolesterol ulang 20 menit setelah diberikan terapi bekam. Pengecekan ulang kolesterol dilakukan setelah 20 menit terapi untuk mencegah bias pada nilai kadar kolesterol (Mukarromah, 2017). Analisa data yang di gunakan adalah uji *Simple Paired T-Test*. Penelitian ini telah mendapatkan ijin laik etik dari Komisi Etik Penelitian Universitas Muhammadiyah Gresik dengan nomor *084/KET/II.3.UMG/KEP/A/2024*

## HASIL

**Tabel 1.** Distribusi Pasien Bekam Basah Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
21-35	13	32,5
36-45	12	30
46-60	15	37,5
Total	40	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir setengah pasien bekam basah berusia 46-60 tahun sebanyak 15 pasien (37,5%).

**Tabel 2.** Distribusi Pasien Bekam Basah Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	30	75
Laki-Laki	10	25
Total	40	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien bekam basah berjenis kelamin perempuan sebanyak 30 pasien (75%)

**Tabel 3.** Distribusi Pasien Bekam Basah Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	26	65
Tidak Bekerja	14	35
Total	40	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien bekam basah bekerja sebanyak 26 pasien (65%).

**Tabel 4.** Distribusi Pasien Bekam Basah Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
SD	3	7,5
SMP	2	5,0
SMA	12	30,0
Sarjana	23	57,5
Total	40	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien bekam basah berpendidikan terakhir sarjana sebanyak 23 pasien (57,5%).

**Tabel 5.** Distribusi Pasien Bekam Basah Berdasarkan Riwayat Kolesterol

Riwayat Kolesterol	Frekuensi	Persentase (%)
kolesterol	27	67,5
Tidak kolesterol	13	32,5
Total	40	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien bekam basah memiliki riwayat kolesterol sebanyak 27 pasien (67,5%).

**Tabel 6.** Distribusi Pasien Bekam Basah Berdasarkan perubahan Kadar Kolesterol

Perubahan Kadar Kolesterol	Frekuensi	Persentase (%)
Menurun	26	65
Meningkat	14	35
Total	40	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien bekam basah mengalami penurunan kadar kolesterol sebanyak 26 pasien (65%). Dan hampir setengah pasien bekam basah mengalami peningkatan sebanyak 14 pasien (35%).

**Tabel 7.** Tabulasi Silang Antara Kadar Kolesterol Sebelum Bekam Dengan Usia Pasien Bekam Basah

Kadar Kolesterol Sebelum bekam	Usia Pasien Bekam Basah						Jumlah	
	21-35		36-45		46-60		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Normal (<200)	2	25,0	1	12,5	5	62,5	8	100
Batas Tinggi (200-239)	4	44,4	4	44,4	1	11,1	9	100
Tinggi ( $\geq$ 240)	7	30,4	7	30,4	9	39,1	23	100
<b>Total</b>	13	32,5	12	30,0	13	37,5	40	100

Tabel 7 menunjukkan bahwa sebagian besar Pasien dengan kadar kolesterol normal (<200) paling banyak ditemukan pada kelompok usia 46-60 tahun sebanyak 5 pasien (62,5%). Pada kadar kolesterol batas tinggi (200-239) hampir setengahnya berusia 21-35 tahun dan 36-45 masing-masing sebanyak 4 pasien (44,4%). Pada kadar kolesterol tinggi ( $\geq$ 240) hampir setengah pasien berusia 46-60 tahun

sebanyak 9 pasien (39,1%) dan hampir setengah lainnya berusia 21-35 tahun dan berusia 36-45 tahun masing-masing sebanyak 7 pasien (30,4%). Pada Kelompok usia 21-35 tahun ada 2 pasien (25%) dengan kadar kolesterol normal, pada kelompok usia 36-45 tahun ada 1 pasien (12,5%) dengan kadar kolesterol normal, dan kelompok usia 46-60 tahun ada 1 pasien (11,1%) dengan kadar kolesterol batas tinggi

**Tabel 8.** Tabulasi Silang Antara Kadar Kolesterol Sebelum Bekam Dengan Jenis Kelamin Pasien Bekam Basah

Kadar Kolesterol Sebelum bekam	Jenis Kelamin Pasien Bekam Basah				Jumlah	
	Perempuan		Laki-Laki		Total	
	N	%	N	%	N	%
Normal (<200)	7	87,5	1	12,5	8	100
Batas Tinggi (200-239)	7	77,8	2	22,8	9	100
Tinggi ( $\geq$ 240)	16	69,6	7	30,4	23	100
<b>Total</b>	30	75,0	10	25,0	40	100

Tabel 8 menunjukkan bahwa sebagian besar Pasien dengan kadar kolesterol normal (<200) berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 pasien (87,5%). Pada kolesterol batas tinggi sebagian besar adalah perempuan

dengan presentase sebanyak 7 pasien (77,8%). Sedangkan kadar kolesterol tinggi ( $\geq$ 240) sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 Pasien (69,6%). Pada pasien yang berjenis kelamin laki-laki hampir setengahnya

memiliki kadar kolesterol tinggi (>240) sebanyak 7 pasien (30,4%). Pada Kadar kolesterol Batas Tinggi (200-239) ada 2 pasien yang berjenis kelamin laki-laki

(30,4%). Sedangkan kadar kolesterol normal hanya ada 1 pasien yang berjenis kelamin laki laki (12,5%).

**Tabel 9.** Tabulasi Silang Antara Kadar Kolesterol Sebelum Bekam Dengan Riwayat Kolesterol Pasien Bekam Basah

Kadar Kolesterol Sebelum bekam	Riwayat Kolesterol Pasien Bekam Basah				Jumlah	
	Kolesterol		Tidak Kolesterol		Total	
	N	%	N	%	N	%
Normal (<200)	7	87,5	1	12,5	8	100
Batas Tinggi (200-239)	5	55,6	4	44,4	9	100
Tinggi ( $\geq$ 240)	15	65,2	8	34,8	23	100
<b>Total</b>	27	67,5	13	32,5	40	100

Tabel 9 menunjukkan bahwa sebagian besar Pasien dengan kadar kolesterol normal (<200) memiliki riwayat kolesterol sebanyak 7 pasien (87,5%). Pada kolesterol tinggi ( $\geq$ 240) sebagian besar memiliki riwayat kolesterol sebanyak 15 pasien (65,2%). Sedangkan kadar kolesterol batas tinggi (200-239) sebagian besar memiliki riwayat kolesterol sebanyak 5 Pasien (55,5%). Pada pasien yang tidak

memiliki riwayat kolesterol hampir setengah pasien memiliki kadar kolesterol batas tinggi (200-239) sebanyak 4 pasien (44,4%). Pada Kadar kolesterol Tinggi ( $\geq$ 240) hampir setengah pasien tidak memiliki riwayat kolesterol sebanyak 8 pasien (34,8%). Sedangkan pada kadar kolesterol normal hanya ada 1 pasien yang tidak memiliki riwayat kolesterol (12,5%).

**Tabel 10.** Kadar Kolesterol Sebelum dan Sesudah Terapi Bekam Basah Di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik

Variabel	N	Mean	SD	Min-Maks
Kadar Kolesterol Sebelum Bekam	40	239,15	48,431	129-316
Kadar Kolesterol Sesudah Bekam	40	224,88	52,728	119-323

Tabel 10 menunjukkan bahwa rerata kadar kolesterol pada pasien sebelum menjalani terapi bekam basah

adalah 239,15 mg/dL dengan standar deviasi sebesar 48,431. Setelah terapi bekam basah, rerata kadar kolesterol

menurun menjadi 224,88 mg/dL, sementara standar deviasi meningkat menjadi 52,728.

**Tabel 11.** Hasil Uji Asumsi Pengaruh Terapi Bekam Basah terhadap Penurunan Kadar Kolesterol

<b>Kadar Kolesterol</b>	<b>N</b>	<b>Mean</b>	<b>SD</b>	<b><i>p-value</i></b>
Sebelum	40	239,15	48,431	0.025
Sesudah	40	224,88	52,28	

Tabel 11 menunjukkan bahwa Hasil analisa data menggunakan uji T berpasangan di dapatkan p-value 0,025 < 0,05, artinya ada pengaruh terapi

## **PEMBAHASAN**

### **Kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik sebelum di lakukan Terapi bekam**

Berdasarkan tabel 10 di dapatkan bahwa bahwa rerata kadar kolesterol pada pasien sebelum menjalani terapi bekam basah adalah 239,15 mg/dL dengan standar deviasi sebesar 48,431, dengan nilai minimal 129 dan nilai maksimal 316.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Rohayati & Kholifah (2022) di Blok Cambay Desa Pakubeureum Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Kertajati Kabupaten Majalengka yang menunjukan bahwa rata-rata kadar kolesterol sebelum terapi bekam basah sebesar 232,00

komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik.

mg/dl dengan standar deviasinya sebesar 40.867. dengan nilai minimal 193 dan nilai maximal 300, Rohayati & Kholifah (2022) juga mengatakan mengatakan kolesterol tinggi sebelum terapi bekam disebabkan kurangnya aktifitas fisik dan merokok.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marleni dkk. (2021) di Rumah Sehat Ibnu Sina Palembang, bahwa rerata kadar kolesterol sebelum di berikan terapi bekam adalah 229,19 dengan standar deviasi 21,557. Marleni dkk. (2021) mengatakan penyebab tingginya kolesterol akibat menerapkan pola makan yang mengandung lemak jenuh yang tinggi. Mengonsumsi makanan berlemak dengan sering akan meningkatkan kadar kolesterol karena

kolesterol berasal dari makanan dan tubuh juga memproduksinya sendiri.

Kolesterol merupakan substansi lipid kristal yang terdistribusi di berbagai jaringan tubuh termasuk otak, sistem saraf, hati, darah, empedu, serta membran plasma sel. Karena sifatnya yang tidak larut, kolesterol memiliki potensi untuk mengkristal dalam kantong empedu serta pada dinding arteri (Trisartiaka & Agustina, 2022). Peningkatan kadar kolesterol dalam tubuh sebelum terapi bekam dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk riwayat hipertensi, obesitas, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, jenis kelamin, faktor genetik, stres, usia, dan pola makan (Sucipto et al., 2023).

Peneliti beropini bahwa kadar kolesterol yang tinggi pada pasien sebelum terapi bekam basah erat kaitannya dengan berbagai faktor gaya hidup dan biologis. Pola makan tinggi lemak jenuh, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, serta faktor genetik, usia, jenis kelamin dan stress merupakan penyebab utama peningkatan kadar kolesterol dalam tubuh. Fokus pada pemahaman faktor-faktor ini sangat penting untuk

merancang intervensi kesehatan yang lebih efektif.

Pada Tabel 7 menunjukkan bahwa pasien bekam basah yang memiliki kadar kolesterol tinggi ( $\geq 240$ ) hampir separuhnya berusia 46-60 tahun sebanyak 9 (39,1%).

Hal Ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prastiwi dkk. (2021) di Puskesmas I Denpasar Selatan, yang menunjukkan bahwa Total kadar kolesterol batas tinggi paling banyak ditemukan pada rentang usia 55 – 64 tahun, dengan jumlah 24 orang (20,9%), Sedangkan kadar kolesterol tinggi paling banyak terdapat pada rentang usia 65 – 74 tahun, dengan jumlah 18 orang (15,7%).

Seiring bertambahnya usia, aktivitas reseptor yang bertanggung jawab untuk mengontrol jumlah kolesterol dalam tubuh menurun. Organ tubuh mulai tidak berfungsi sebaik sebelumnya. Sistem kerja sel reseptor ini, yang berfungsi sebagai mekanisme hemostasis untuk mengontrol peredaran kolesterol, mulai melemah. Sel reseptor ini banyak ditemukan di organ hati, kelenjar gonad, dan kelenjar adrenal. Jika fungsi sel reseptor ini terganggu, kolesterol dalam sirkulasi akan meningkat (Prastiwi et al., 2021).

Peneliti berpendapat bahwa usia memiliki peran signifikan dalam peningkatan kadar kolesterol tinggi pada individu. Seiring bertambahnya usia, terjadi penurunan fungsi reseptor yang mengontrol kolesterol, menyebabkan organ tubuh tidak lagi berfungsi secara optimal. Oleh karena itu, sangat penting untuk meningkatkan kesadaran akan gaya hidup sehat dan pemeriksaan kesehatan rutin pada usia lanjut guna mencegah dan mengelola risiko kolesterol tinggi.

Tingginya kadar kolesterol juga dapat dikaitkan dengan jenis kelamin, pada tabel 8. menunjukkan bahwa pasien yang memiliki kadar kolesterol batas tinggi (200-240) sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 7 (77,8%), dan pada kategori kadar kolesterol tinggi ( $\geq 240$ ) sebagian besar pasien juga berjenis kelamin perempuan sebanyak 16 (69,6%),

Hal ini juga berbanding lurus dengan penelitian yang dilakukan oleh (Solikin & Muriadi, 2020) di Puskesmas Sungai Jingga, yang menunjukkan bahwa dari 27 responden, 18 orang (66,7%) adalah perempuan yang memiliki kadar kolesterol batas tinggi.

Secara teori, kadar kolesterol darah dipengaruhi oleh usia dan jenis kelamin.

Pada masa kanak-kanak, wanita memiliki kadar kolesterol lebih tinggi dibandingkan pria. Selama masa remaja, pria mengalami penurunan kadar kolesterol yang signifikan karena peningkatan hormon testosteron. Di atas usia 20 tahun, kadar kolesterol pria umumnya lebih tinggi dibandingkan wanita. Namun, setelah menopause, kadar kolesterol wanita menjadi lebih tinggi daripada pria, disebabkan oleh penurunan aktivitas hormon estrogen setelah menopause (Rusmini et al., 2023).

Peneliti beropini bahwa perempuan cenderung memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap kadar kolesterol tinggi, terutama setelah menopause. Penurunan hormon estrogen pasca menopause menjadi faktor utama yang menyebabkan peningkatan kadar kolesterol pada perempuan. Oleh karena itu penting bagi perempuan untuk lebih proaktif dalam mengelola kesehatan mereka sejak dini, terutama menjelang masa menopause.

Pada tabel 9 menunjukkan bahwa pada pasien yang memiliki kadar kolesterol batas tinggi (200-240) sebagian besar memiliki riwayat kolesterol sebanyak 5 (55,5%), sedangkan pada kategori kadar

kolesterol tinggi ( $\geq 240$ ) sebagian besar pasien juga memiliki riwayat kolesterol sebanyak 15 (65,2%).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang di lakukan oleh Widiyono dkk. (2021) di Posyandu Lansia Desa Betengsari, Pucangan, Kecamatan Kartasura, yang menunjukkan bahwa seluruh (100%) responden yang menderita kolesterol tinggi sebanyak 29 orang memiliki riwayat kolesterol, menurutnya riwayat kejadian kolesterol berkaitan dengan usia. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pada usia lanjut, peningkatan kolesterol kemungkinan besar disebabkan oleh efek kumulatif pada sistem kardiovaskular dari faktor risiko yang tidak ditangani, seperti tekanan darah tinggi dan kolesterol yang meningkat.

Peneliti beropini bahwa memiliki riwayat kolesterol tinggi tentu dapat meningkatkan risiko terkena kolesterol tinggi di masa depan. Hal ini disebabkan oleh faktor-faktor seperti gaya hidup yang tidak berubah dan faktor genetik yang berkontribusi terhadap tingginya kadar kolesterol. Orang dengan riwayat kolesterol tinggi harus lebih waspada dan mengambil langkah-langkah pencegahan untuk

mengelola kolesterol mereka. Perubahan pola makan, aktivitas fisik yang teratur, dan pemeriksaan kesehatan rutin sangat penting untuk mengurangi risiko dan menjaga kesehatan kardiovaskular.

### **Kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik sesudah di lakukan Terapi bekam**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 10. di dapatkan bahwa rerata kadar kolesterol setelah di berikan terapi bekam basah menurun menjadi 224,88 mg/d, dengan standar deviasi 52,728.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Alfitha dkk. (2023) di Klinik Hamdalah Makassar, Bahwa adanya penurunan kadar kolesterol dengan rerata kadar kolesterol setelah dilakukan terapi bekam sebesar 214.86 dan nilai standar deviasi 30.99. dan sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Suswitha dkk. (2022) di Holistic Center Asy- Syaafi Palembang, bahwa adanya penurunan rerata kadar kolesterol setelah terapi bekam sebesar 185.48, dalam penelitiannya dikatakan bahwa Kadar kolesterol yang melebihi batas normal (lebih dari 200 mg/dl) dapat diatasi melalui terapi nonfarmakologis, seperti terapi bekam.

Prosedur bekam ini melibatkan pembuatan insisi tipis pada permukaan kulit di titik-titik tertentu. Tindakan ini membantu memperlebar dan meregangkan dinding pembuluh darah, sehingga efektif dalam mengurangi kadar lemak dan kolesterol berbahaya dalam tubuh

Hal ini juga sejalan dengan teori taibah bahwa setelah dilakukan bekam dapat memiliki manfaat kesehatan seperti salah satunya yaitu manfaat nutrisi: menurunkan kadar LDL dan kolesterol (El Sayed et al., 2013).

Menurut Marleni dkk., (2021) kadar kolesterol dalam tubuh dapat menurun setelah terapi bekam. Hal ini terjadi karena proses bekam melibatkan penghisapan darah dari kulit, yang kemudian dikumpulkan dalam gelas khusus. Tindakan ini merangsang penarikan dan penyedotan darah. Selanjutnya, kulit disayat menggunakan pisau atau jarum untuk memungkinkan darah yang mengandung racun oksidan dikeluarkan dari tubuh. Proses ini menciptakan goresan tipis pada pembuluh darah perifer di lapisan epidermis.

Peneliti beropini bahwa terapi bekam basah dapat menurunkan kadar kolesterol dalam tubuh. Prosesnya yang

melibatkan pengeluaran darah yang mengandung racun dan oksidan melalui sayatan tipis pada kulit memberikan efek langsung pada penurunan kadar kolesterol. Manfaat ini tidak hanya didukung oleh data empiris yang menunjukkan penurunan rerata kadar kolesterol setelah terapi bekam, tetapi juga oleh mekanisme yang menjelaskan bagaimana terapi ini memperlebar dan meregangkan dinding pembuluh darah. Dengan demikian, terapi bekam basah dapat menjadi alternatif nonfarmakologis yang efektif dalam mengatasi masalah kolesterol tinggi, khususnya bagi mereka yang mencari metode pengobatan alami.

### **Pengaruh Terapi Komplementer Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik**

Berdasarkan tabel 11. menunjukkan bahwa hasil analisa data menggunakan uji T berpasangan di dapatkan p-value  $0,025 < 0,05$ , artinya ada pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

Mukarromah (2017) di Klinik Bekam Assabil Holy Holistic Jakarta, bahwa didapatkan hasil ( $p = 0,023$ )  $\alpha < 0,05$  yang berarti adanya pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol total pada pasien hiperkolesterolemia di klinik Asssabil Holistik Jakarta. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alfitha dkk., (2023), bahwa didapatkan hasil nilai p-value 0,000 yang berarti adanya pengaruh dari terapi bekam yang signifikan terhadap penurunan kadar kolesterol total pada pasien hiperkolesterolemia di Klinik Hamdalah Makassar Tahun 2023.

Alfitha dkk., (2023) juga mengatakan terapi bekam basah dapat mencegah akumulasi kolesterol jahat (Low Density Lipoprotein) pada dinding pembuluh darah, sehingga kolesterol tidak mengendap dan dapat mengalir bebas. Terapi ini juga membantu melancarkan aliran darah ke lapisan sel endotel yang memproduksi nitrogen monoksida (faktor relaksasi turunan endotel) untuk menjaga elastisitas pembuluh darah dan stabilitas sirkulasi darah. Terapi bekam memiliki beberapa efek melalui mekanisme sistem hematologi, seperti meningkatkan sirkulasi darah dan oksigenasi organ

melalui jalur koagulasi-antikoagulasi, yang berkontribusi pada penurunan kadar kolesterol total.

Menurut Teori taibah terapi bekam basah dapat mengeluarkan bahan hidrofilik dan hidrofobik sebagai lipoprotein dan meningkatkan peran ekskresi alami kulit. Bekam basah adalah prosedur ekskresi bedah kecil yang memiliki dasar medis dan ilmiah dalam membersihkan darah dan ruang interstisial dari zat berbahaya dan CPS. Baik pengobatan modern maupun kedokteran profetik membuktikan nilai manfaat bekam basah dalam pengobatan penyakit yang berbeda dalam etiologi dan patogenes. Setelah di berikan terapi bekam, bekam dapat memeberikan manfaat kesehatan salah satunya adalah manfaat nutrisi (menurunkan LDL dan kolesterol (El Sayed et al., 2013) .

Peneliti beropini bahwa terapi bekam basah memiliki peranan penting dalam menurunkan kadar kolesterol dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Pengeluaran bahan hidrofilik dan hidrofobik melalui prosedur ekskresi bedah kecil ini menunjukkan dasar medis yang kuat, yang mendukung efektivitas terapi ini dalam membersihkan darah dari zat

berbahaya. Dampak positif terapi ini terhadap kadar kolesterol dan elastisitas pembuluh darah bukan hanya memperbaiki sirkulasi darah tetapi juga mendorong keseimbangan koagulan-antikoagulasi, yang penting bagi kesehatan organ. Dengan manfaat yang diakui oleh baik pengobatan modern maupun kedokteran profetik, bekam basah menjadi alternatif terapi komplementer yang patut dipertimbangkan dalam penanganan berbagai penyakit, terutama yang berkaitan dengan kolesterol tinggi.

Beberapa hasil pengukuran kadar kolesterol total pada penelitian ini mungkin mengalami peningkatan setelah terapi bekam, meskipun kadar kolesterol total mereka sebagian besar menurun. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 6. menunjukkan bahwa sebagian besar pasien bekam basah mengalami penurunan kadar kolesterol sebanyak 26 pasien (65%), dan hampir setengah pasien bekam basah mengalami peningkatan sebanyak 14 pasien (35%), sedangkan pada tabel 5.10 menunjukkan standar deviasi meningkat sebesar 52.728 dengan nilai maksimal yang naik sebesar 323.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukarromah

(2017) bahwa dari 20 pasien sebanyak 5 pasien mengalami peningkatan setelah terapi bekam, sedangkan standar deviasi sebelum terapi bekam sebesar 32,979 dan setelah terapi standar deviasi meningkat menjadi 46,054 akan tetapi hasil penelitian tetap menunjukkan pengaruh yang signifikan dengan nilai  $p=0,023$  ( $<0,05$ ). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alfitha dkk., (2023) bahwa sebagian kecil (16%) sebanyak 6 responden mengalami kenaikan kolesterol setelah terapi bekam, sedangkan hasil standar deviasi yang sebelumnya adalah 24,17 setelah bekam meningkat menjadi 30,99 dan nilai maximal yang sebelumnya 311,00 meningkat menjadi 318,00, akan tetapi hasil penelitian tetap menunjukkan pengaruh terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol dengan nilai  $p=0,000$  ( $<0,05$ ).

Menurut Alfitha dkk., (2023) proses bekam juga dapat menyebabkan pelepasan lemak dari jaringan tubuh yang terluka, yang menyebabkan peningkatan kadar kolesterol sementara dalam darah. Selain itu, proses inflamasi yang terjadi saat tubuh merespon luka juga berperan dalam meningkatkan kadar kolesterol dalam

darah, Selain itu, ada perbedaan dalam regulasi respon tubuh dari setiap pasien, yang dapat menyebabkan overthinking yang mengarah pada faktor stres pada beberapa pasien setelah pengukuran kadar kolesterol total di atas 200 mg/dl sebelum intervensi bekam. Hal ini dapat menyebabkan stres, yang berdampak pada sistem metabolisme dan hormonal tubuh; ini juga dapat menyebabkan homeostasis terganggu dan sistem pertahanan tubuh menjadi lebih lemah. Hal ini dicapai dengan mengaktifkan sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal dan saraf simpatik; hal ini menghasilkan peningkatan hormon kortisol dan katekolamin, yang mengubah metabolisme lipoprotein dan menyebabkan peningkatan jumlah kolesterol total dalam darah.

Ketidakmampuan penelitian untuk mengontrol kegiatan pasien yang mengonsumsi makanan yang mengandung lemak tinggi selama proses penelitian juga menyebabkan beberapa pasien memiliki kadar kolesterol total yang lebih tinggi setelah intervensi bekam. Keadaan ini dapat mencegah penurunan kolesterol dan bahkan meningkatkan kadar kolesterol total setelah dilakukan intervensi.

Penting untuk dicatat bahwa makanan yang dikonsumsi mengandung lebih banyak kalori, dan trigliserida, jenis lemak yang diabsorpsi langsung, akan membentuk asam lemak. Selain itu, terdapat faktor lain yang memengaruhi respons tubuh setiap pasien, seperti pengamatan kadar kolesterol yang dilakukan terlalu cepat setelah terapi bekam dan frekuensi intervensi bekam yang relatif singkat. Faktor-faktor ini dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol (Alfitha dkk., 2023)

Peneliti beropini bahwa terapi bekam memang memiliki potensi untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah, meskipun hasilnya bisa bervariasi pada setiap individu. Dalam penelitian menunjukkan adanya penurunan kolesterol pada sebagian besar pasien, namun peningkatan sementara kadar kolesterol juga terjadi pada beberapa kasus, yang mungkin disebabkan oleh proses inflamasi dan pelepasan lemak dari jaringan tubuh yang terluka. Variasi respons tubuh, pengaruh faktor stres, serta konsumsi makanan berlemak oleh pasien selama penelitian juga berkontribusi terhadap hasil yang berbeda-beda. Oleh karena itu, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor ini dan mengontrol asupan

makanan serta stres pada pasien selama dan setelah terapi bekam untuk mendapatkan hasil yang optimal. Selain itu, pengaturan waktu pengamatan kadar kolesterol dan frekuensi intervensi yang tepat juga perlu diperhatikan untuk memastikan keakuratan hasil penelitian.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik, sudah menjawab tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Rerata kadar kolesterol pada pasien sebelum terapi bekam basah adalah 239.15 mg/dL dengan standar deviasi sebesar 48.431.
2. Rerata kadar kolesterol setelah diberikan terapi bekam basah menurun menjadi 224.88 mg/dL, dengan standar deviasi sebesar 52.728.
3. Ada pengaruh terapi komplementer bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol di Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik

### **SARAN**

Bagi Tempat Penelitian Hasil studi penelitian ini bisa dijadikan masukan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan mutu kesehatan terutama bagi pihak Rumah Terapi Bekam Hidayah Gresik, serta menerapkan terapi komplementer dalam mengontrol kadar kolesterol pada pasien kolesterol. Bagi Masyarakat Penelitian ini dapat memperluas pemahaman dan meningkatkan pengetahuan Masyarakat, sehingga terapi bekam ini bisa menjadi terapi nonfarmakologi bisa di manfaatkan untuk mengobati kadar kolesterol yang tinggi selain dengan obat-obatan. Bagi Peneliti Lain bisa mencari referensi atau variabel lain untuk meneliti lebih lanjut terkait terapi bekam basah terhadap penurunan kadar kolesterol.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Ahmed, K. A. A., AL-Sanabr, O., Haidar, A., Eskander, S., Al-Qiar, B., Hamzah, A., Mahdi, S., & Al-Ass, G. (2022). Evaluating the Therapeutic Effects of Wet Cupping (Al-Hijamah) on Hematological Parameters, Kidney Function Tests and Lipid Profile in Adult Women. *Biomedical and Pharmacology Journal*, *15*(1), 187–197. <https://doi.org/10.13005/bpj/2354>

- American Heart Association. (2022). *Consequences-of-high-cholesterol*. <https://www.heart.org/-/media/Files/Health-Topics/Cholesterol/Consequences-of-high-cholesterol.pdf#:~:text=High%20cholesterol%20is%20a%20major%20risk%20factor%20for,increases%20the%20possibility%20of%20heart%20disease%20and%20stroke>.
- American Heart Association. (2024). *2024 Heart Disease and Stroke Statistics Update Fact Sheet At-a-Glance*. [https://www.heart.org/-/media/PHD-Files-2/Science-News/2/2024-Heart-and-Stroke-Stat-Update/2024-Statistics-At-A-Glance-final\\_2024.pdf?sc\\_lang=en&hash=D0A208F50F8591AEED0E31BE77265505](https://www.heart.org/-/media/PHD-Files-2/Science-News/2/2024-Heart-and-Stroke-Stat-Update/2024-Statistics-At-A-Glance-final_2024.pdf?sc_lang=en&hash=D0A208F50F8591AEED0E31BE77265505)
- El Sayed, S. M., Mahmoud, H., & Nabo, M. (2013). Medical and Scientific Bases of Wet Cupping Therapy (Al-hijamah): in Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine. *Alternative & Integrative Medicine*, 02(05), 1–16. <https://doi.org/10.4172/2327-5162.1000122>
- Kementrian Kesehatan RI. (2017). *Profil Penyakit Tidak Menular Tahun 2016*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/dokumen-ptm/profil-penyakit-tidak-menular-tahun-2016>
- Li, L. H., Dutkiewicz, E. P., Huang, Y. C., Zhou, H. B., & Hsu, C. C. (2019). Analytical methods for cholesterol quantification. *Journal of Food and Drug Analysis*, 27(2), 375–386. <https://doi.org/10.1016/j.jfda.2018.09.001>
- Marleni, L., Apriani, Tafdhila, & Andilau. (2021a). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Di Rumah Sehat Ibnu Sina Palembang Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 121–128. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.616>
- Marleni, L., Apriani, Tafdhila, & Andilau. (2021b). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Di Rumah Sehat Ibnu Sina Palembang Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2),

- 121–128.  
<https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.616>
- Mukarromah, A. (2017). *Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Total Pada Penderita Hiperkolesterolemia Di Klinik Bekam Assabil Holy Holistic Jakarta* [Program Studi Ilmu Keperawatan]. Universitas Islam Negeri Syarif.
- Nugraha, D. F., Henjani, N., & Magfirah, N. W. (2021). Perbandingan Aktivitas Antihiperlipidemia Infusa Rimpang Temu Mangga dan Daun Ketepengn Cina. *Journal of Pharmacy and Science*, 6(2), 81–87.  
<https://doi.org/10.53342/pharmasci.v6i2.223>
- Prastiwi, D. A., Swastini, I. G. A. A. P., & Sudarmanto, I. G. (2021). Gambaran Kadar Kolesterol Total Pada Lansia Di Puskesmas I Denpasar Selatan. *The Journal Medical Of Laboratory*, 9(2), 68–77.  
<https://doi.org/10.33992/m.v9i2.1526>
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Laporan RISKEDAS Nasional*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan 2019.
- Rohayati, E., & Kholifah, I. (2022). Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Di Blok Cambay Desa Pakubeureum Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Kertajati Kabupaten Majalengka Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan MEDISINA AKPER YPIB Majalengka*, 8(1), 54–63.  
<https://jurnal.akperypib.ac.id/index.php/medisina/article/view/8>
- Rosyanti, L., Hadi, I., Askrening, & Indrayana, M. (2020). Complementary Alternative Medicine: Kombinasi Bekam Basah Dan Ayat Alquran Pada Perubahan Tekanan Darah, Glukosa, Asam Urat, Dan Kolesterol. *HIJP: Health Information Jurnal Penelitian*, 12(2), 173–192.  
<https://doi.org/10.36990/hijp.v12i2.226>
- Rusmini, Kurniasih, H., & Widiastuti, A. (2023). Prevalensi Kejadian Penyakit Tidak Menular (PTM).

- Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(2), 1032–1039. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.4967>
- Sari, L. T., & Suminar, E. (2020). Pengaruh Terapi Komplementer “Meditasi” terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Premenstrual Syndrom pada Remaja Putri Usia 16-18 Tahun di Kelompok Remaja Desa Jatinom Blitar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 7(2), 270–275. <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i2.ART.p270–275>
- Solikin, & Muriadi. (2020). Hubungan Kadar Kolesterol Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Sungai Jingga. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, 5(1), 143–152. <https://doi.org/10.51143/jksi.v5i1.230>
- Suarsih, C. (2020). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Kolestrol Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambaksari. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 2(1), 25–30. <https://doi.org/10.25157/jkg.v2i1.3583>
- Sucipto, A., Rahayu, S., & Iskandar, J. (2023). Pengaruh Bekam Terhadap Penurunan Tanda Dan Gejala Nyeri dan Kesemutan. *Jurnal Borneo Cendekia*, 7(1), 49–56. <https://doi.org/10.54411/jbc.v7i1.%20Maret.408>
- Suswitha, D., Arindari, D. R., Saputra, A., Astuti, L., & Aini, L. (2022). Efektivitas Pemberian Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Di Holistic Center Asy- Syaafi Palembang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(2), 796–803. <https://doi.org/10.33024/jikk.v9i2.6356>
- Trisartiaka, R. C., & Agustina, F. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Lansia Dalam Upaya Pengontrolan Kadar Kolesterol. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 14(1), 100–108. <https://doi.org/10.36729/bi.v14i1.816>
- Uda’a, R. N. A., Dahliah, Wiriansya, E. P., Rahmawati, & Indarwati, R. P. (2023). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Total Pada Pasien Hiperkolesterolemia

Di Klinik Hamdalah Makassar.  
*Facumi Medical Journal*, 3(8), 563–  
572.  
[https://doi.org/10.33096/fmj.v3i8.  
295](https://doi.org/10.33096/fmj.v3i8.295)

Widiyono, Aryani, A., & Herawati, V. D.  
(2021). Pemberian air rebusan  
daun salam (*Syzygium  
polyanthum*) dapat menurunkan  
kadar kolesterol pada lansia  
dengan hiperkolesterolemia.  
*Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(1),  
39–47.  
[https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1  
.3351](https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1.3351)

Windasari, A., Sukarni, & Priyono, D.  
(2019). Pengaruh Terapi Bekam  
Basah Terhadap Penurunan Kadar  
Kolesterol Pada Penderita  
Hiperkolesterolemia Di Wilayah  
Kerja UPK Puskesmas Alianyang.  
*ProNers*, 4(1), 3–9.  
[https://doi.org/10.26418/jpn.v4i1.  
34276](https://doi.org/10.26418/jpn.v4i1.34276)