

PENGARUH TERAPI BEKAM TITIK AL-KAHIL DAN AL-AKHADAIN TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL

THE EFFECT OF AL-KAHIL AND AL-AKHADAIN POINT CUPPING THERAPY ON REDUCING CHOLESTEROL LEVELS

Nurul Qomariah¹, Grido Handoko^{2*}, Dodik Hartono³

^{1,2,3} STIKES Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo, Probolinggo
¹cocom6677@gmail.com, ^{2*}gridoprob@gmail.com ³ners.dodikhartono@gmail.com

Abstrak

Hiperkolesterolemia pada seseorang akan menyebabkan terjadinya komplikasi penumpukan kolesterol plak-plak pada pembuluh darah yang berlebihan dapat menyumbat aliran darah di dalam arteri yang lama kelamaan akan mengalami pecahnya pembuluh darah yang dapat menyebabkan kematian. pengobatan kolesterol dapat dilakukan dengan farmakologi hingga non farmakologi atau komplementer. tujuan penelitian Untuk mengetahui, Pengaruh terapi bekam *titik al-kahil dan al Akhadain* terhadap penurunan kadar kolesterol di Klinik Holistic Nursing therphy Probolinggo. Jenis penelitian Pra Eksperimen, dengan desain studi *One-group pre-post test design*, sampel dalam penelitian ini adalah pasien dengan kadar kolesterol normal tinggi dan tinggi yang berjumlah 35 responden yang di ambil dengan cara *accidental sampling* instrument yang digunakan lembar obsevasi dan alat easy touch GCU, responden akan dibekam sebanyak 2 kali dengan kadar kolesterol akan di ukur sebelum dan sesudah dilakukan intervensi terapi bekam. hasil penelitian univariat didapatkan rata rata hasil sebelum dilakukan terapi bekam titik al-kahil dan al-akhdain sebesar 233.26 mg/dl dan standar deviasi 11.748 rata rata kadar kolesterol setelah di lakukan terapi bekam pada titik al-kahil dan al-akhdain 199.83 mg/dl dan standar deviasi 14.639, analisis hasil penelitian menggunakan *paired sampel test* di dapatkan $p\text{-value} = 0.000$ yang berarti ada Pengaruh Terapi Bekam Titik Al-Kahil Dan Al-Akhdain Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Di Klinik Holistic Nursing Therapy Probolinggo. hasil uji analisis didapatkan Terapi Bekam Titik Al-Kahil Dan Al-Akhdain efektif menurunkan Kadar Kolesterol Di Klinik Holistic Nursing Therapy Probolinggo diharapkan terapi bekam dapat menjadi pengobatan secara alternative tradisional yang dapat dilakukan secara rutin untuk proses penyembuhan kadar kolesterol tinggi dengan terapi bekam titik al-akhil dan al-akhdain

Kata Kunci: Terapi Bekam, Kolesterol, Al-Kahil – Al-Akhdain.

Abstract

Hypercholesterolemia is a condition where the increase in total cholesterol concentration in the blood exceeds the normal limit. High cholesterol levels can lead to blockage (atherosclerosis). Cholesterol treatment can be carried out by pharmacological or non-pharmacological namely complementary. the purpose of the study was to determine the effect of al- kahil and al- akhdain point swelling therapy on reducing cholesterol levels in the holistic nursing clinic of probolinggo therapy. This type of research is pre-experimental, with a study design of one group pre-post test design. The sample of this study was 35 patients with normal high and high cholesterol levels that were taken by accidental sampling instrument which used observation sheets and GCU easy touch tools, data collection includes coding editing and tabulating then the data is analyzed manually with a computer with a paired sample test analysis test . The results of the univariate study showed that the average results before cupping therapy at the al-kahil and al-akhdain was of 233.26 mg/dl and the standard deviation of 11.748. Average cholesterol levels after cupping therapy at the al-kahil and al-akhdain was 199.83 mg / dl and a standard deviation of 14,639. analysis of the results of the study using a paired sample test obtained $p\text{-value} = 0.000 < \alpha = 0.05$. The conclusion from the analysis test results obtained that there was an effect of cupping therapy point Al - Kahil and Al - Akhdain on the reduction of cholesterol levels at the Holistic Nursing Therapy Clinic in Probolinggo. This research can be used as an ingredient to improve the quality of services especially in lowering cholesterol levels an an alternative treatment Traditional effective for the healing process of high cholesterol levels with Al - Akhil and Al - Akhdain point cupping therapy.

PENDAHULUAN

Hiperkolesterolemia merupakan suatu keadaan dimana peningkatan konsentrasi kolesterol total dalam darah melebihi batas normal (Samadani et.,al 2020). Kolesterol merupakan senyawa lemak kompleks yang berada pada tiap sel di dalam tubuh (Isnaniar dan Wiwik Norlita, 2020). Hipertensi, obesitas, kebiasaan merokok, stress, kurang olahraga, jenis kelamin, genetik, umur dan pola makan merupakan faktor yang mempengaruhi kadar kolesterol tinggi dalam tubuh manusia (Hasina, 2021). *World Health Organization* (WHO) 2019 mengatakan Saat ini prevalensi hiperkolesterolemia masih tinggi. Prevalensi hiperkolesterolemia di dunia sekitar 45%, dan di Asia Tenggara sekitar 30% (Dewi Nofita, Budi Setiawan, Renatalia Fika, 2018). Menurut penelitian MONICA I 1988 (*Multinational Monitoring of Trends Deter Minantsin Cardiovascular Diseases I*) sebesar 13,4% untuk wanita dan 11,4% untuk pria. Pada MONICA II 1994 terjadi peningkatan sebesar 16,2% untuk wanita dan 14% untuk pria. Wanita menjadi kelompok paling banyak menderita masalah ini yakni 14,5% atau hampir dua kali lipat kelompok laki-laki (Kgs. M. Faizal et.,al 2020).

Hasil Risesdas tahun 2018 proporsi penduduk Indonesia dengan kadar kolesterol di atas normal lebih tinggi pada perempuan yaitu sebesar 20,7% jika dibandingkan dengan laki-laki sebesar 6,8% (Sari, 2022). Kolesterol saat ini memiliki angka prevalensi yang cukup tinggi data Dinas Kesehatan Jawa Timur Tahun 2016 menyebutkan data penderita hiperkolesterol sebanyak 15,2% (Dian Ayu et.,al 2020).

Berdasarkan Hasil Studi Pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Maret 2022 pada pasien dengan kolesterol di klinik Holistic Nursing Therapy di Desa Tamansari Kecamatan Dringu kabupaten Probolinggo dari hasil observasi 10 orang dengan kolesterol bahwa pasien dengan kolesterol sedang sebanyak 7 orang dan tinggi sebanyak 3 orang.

Kolesterol merupakan salah satu komponen lemak atau lipid yang secara alamiah terdapat dalam makanan asal binatang yang bagi tubuh manusia berguna untuk membangun sel, dan membentuk berbagai hormone.tingginya kadar kolesterol karena kolesterol yang berlebih dalam darah akan mudah melekat pada dinding sebelah dalam darah. LDL yang berlebih melalui proses oksidasi akan membentuk benjolan akan mengakibatkan penyempitan pembuluh darah menurut (Ruslianti, 2014). Kadar kolesterol yang tinggi dapat menumpuk di pembuluh darah yang mengakibatkan adanya penyumbatan (ateroklerosis), adanya penyumbatan tersebut dapat mengakibatkan aliran darah menjadi terhambat dan juga tersumbat. Hiperkolesterolemia mempunyai perhatian penting untuk diatasi karena jika di biarkan akan menyebabkan berbagai komplikasi (Marleni et al., 2021).

Secara umum pengobatan kolesterol dilakukan dengan 2 cara yaitu dengan farmakologi dan non farmakologi. pengobatan secara farmakologi menyebabkan klien di haruskan minum obat secara rutin, hal ini menyebabkan penderita bosan sehingga hampir rata rata pasien hiperkolesterolemia gagal mencapai sasaran kadar kolesterol sesuai dengan panduan pengobatan, selain itu karena harga obatnya relatif mahal dan sering terjadi kekambuhan serta menimbulkan efek samping yang lebih berbahaya menjadikan alasan tersering kegagalan pengobatan farmakologi (Pahrul, 2021a) pengobatan secara non farmakologi yaitu salah satunya dengan terapi komplementer Bekam Menurut penelitian dedi pahrul (Pahrul, 2021b). Salah satu pengobatan nonfarmakologis atau terapi komplementer penatalaksanaan hiperkolesterolimia dengan terapi bekam, terapi ini dilakukan pada titik meridian al-kahil untuk menurunkan hiperkolesterolemia. Pemberian terapi bekam pada titik meridian al-kahil akan meningkatkan jumlah leukosit, limfosit dan sistem retikulo-endothelial, pelepasan ACTH, kortisol, endorphen, enkefalin dan faktor humoral lain yang juga menimbulkan efek anti peradangan, penurunan serum lemak

trigliserida, fosfolipida, kolesterol total khususnya kolesterol LDL, merangsang lipolisis jaringan lemak dan menormalkan kadar glukosa dalam darah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “*pengaruh terapi bekam titik al kahil dan al akhadain terhadap penurunan kadar kolesterol di Klinik Holistic Nurshing Probolinggo.*”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian Pra Eksperimen, dengan desain studi *One-group pre-post test design*. populasi dalam penelitian adalah Semua Penderita kolesterol dari bulan februari-maret 35 orang dengan sampel seluruh populasi di Klinik Holistic Nursing Theraphy Di Desa Taman Sari Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. Dengan tehnik sampling *Acidental Sampling* Pengumpulan data menggunakan alat *Easy Touch* GCU dan lembar observasi, uji statistik menggunakan uji paired t test dengan tingkat singnifikikan $\leq 0,05$. Sudah di lakukan uji etik di komite etik penelitian kesehatan dengan layak kaji etik Nomer : KEPK/005/STIKes-HPZH/V/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1.1 Gambar Umum Karakteristik Responden

Gambaran karakteristik responden dikategorikan berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan.

Tabel 1 Deskripsi Karakteristik Responden.

Karakteristik	Frekuesn si (F)	Presentase (%)
Usia		
36-45 tahun	18	51.4
46-55 tahun	12	34.3
56-65 tahun	5	14.3
jumlah	35	100
Jenis Kelami		
laki-laki	14	40
perempuan	21	60
Jumlah	35	100
Pekerjaan		
Tidak kerja	12	34.3
guru	6	17.1
wiraswasta	7	20.0
PNS	10	28.6
Jumlah	35	100

Bedasarkan Tabel 1 didapatkan mayoritas kelompok usia pada responden yaitu usia 36-45 tahun sebanyak 18 responden (51.4%). Berdasarkan jenis kelamin di dapatkan mayoritas perempuan yaitu sebanyak 12 responden (60 %). Berdasarkan Pekerjaan didapatkan mayoritas tidak bekerja yaitu sejumlah 12 responden (34.3%).

2.1 Data Khusus

3.2.1 Gambaran kadar kolesterol

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Responden kadar kolesterol sebelum dilakukan terapi bekam titik al-kahil dan al-akhdain

Sebelum	N	Mean	min-max	SD
	35	233.26	205-253	11.748

Berdasarkan tabel 2 didapatkan kadar kolesterol sebelum dilakukan terapi bekam pada titik al-kahil dan al-akhdain menunjukkan nilai rata-rata 233.26 dan standar deviasi 11.74, sedangkan kadar kolesterol minimum 205 dan kadar kolesterol maksimum adalah 253.

3.2.2 Gambaran kadar kolesterol

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Responden kadar kolesterol sesudah dilakukan terapi bekam titik al-kahil dan al-akhdain

Sesudah	N	Mean	min-max	SD
	35	199.83	160-233	14.639

Berdasarkan table 3 didapatkan kadar kolesterol sesudah dilakukan terapi bekam pada titik al- kahil dan al-akhdain menunjukkan nilai rata-rata 199.83 dengan median 198.00 dan standar deviasi 14.63 .sedangkan kadar kolesterol minimum 160 dan kadar kolesterol maksimum adalah 233.

3.1 ANALISA DATA

Tabel 4 :Perbedaan Rata Rata Kadar Kolesterol Sebelum (Pre) Dan Sesudah (post) Dilakukan Terapi Bekam Titik Al kahil Dan Al-Akhdain Pada Bulan Juni 2022

Variable	mean	SD	min-max	N	pvalue
Sebelum dan sesudah	33.49	9.3311	30.223-36.634	35	0.000

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa rata-rata kadar kolesterol sebelum dilakukan terapi bekam adalah 233.26 dengan standar deviasi 11.748 . Sedangkan rata-rata kadar kolesterol sesudah dilakukan terapi bekam 199.83 dengan standar deviasi 14.639. Menggunakan uji statisti uji paired t test dengan bantuan Software program SPSS for windows. Di dapatkan nilai $p = 0,000$ dengan tingkat signifikan $\alpha : 0,05$ ($p < \alpha = 0,05$), dengan n sample = 35 responden, sehingga dapat dinyatakan bahwa H1 diterima, yang artinya ada pengaruh terapi bekam titik al-kahil dan al-akhdain terhadap penurunan kadar kolesterol di Klinik Holistic Nursing Theraphy Probolinggo

PEMBAHASAN

Kadar Kolesterol Sebelum Dilakukan Terapi Bekam Titik Al-Kahil Dan Al-Khadain

Berdasarkan dari hasil penelitain tabel 2 dapatkan hasil nilai rata-rata tingkat kadar kolesterol sebelum dilakukan terapi bekam titik al-kahil dan al-akhdain diperoleh nilai Pada usia yang semakin tua kadar kolesterol total relatif lebih tinggi dari pada kadar

kolesterol pada usia muda, hal ini dikarenakan semakin tua seseorang aktifitas reseptor semakin berkurang. Sel reseptor ini berfungsi sebagai hemostasis pengaturan peredaran kolesterol didalam darah dan banyak terdapat dalam hati, kelenjar gonad dan kelenjar adrenal (Grace et al., 2022). penyebab kolesterol rata-rata Normal Tinggi 233.26.tinggi yaitu karena beberapa faktor adanya Riwayat hipertensi, obesitas, kebiasaan merokok, kurang olaharaga, jenis kelamin, genetic, stress dan umur.

Kolesterol banyak diderita oleh para lansia dikarenakan karena faktor usia yang semakin lama badan akan semakin malas digerakkan, sehingga kolesterol didalam tubuh akan menumpuk dihati. Kolesterol yang tinggi akan menyebabkan penumpukan dan pengerasan kolesterol di dalam pembuluh darah yang dapat menyebabkan terjadinya penyakit Jantung Koroner, Stroke dan lain lain. Kolesterol tinggi mengakibatkan Penyumbatan arteri dan penumpukan kolesterol pada dinding arteri yang berlangsung perlahan-lahan dan tidak menimbulkan rasa sakit. diduga akibat perubahan gaya hidup, pola makan, faktor lingkungan, kurangnya aktivitas fisik dan faktor stress, Gaya hidup masyarakat telah berubah, perubahan ini sedikit banyak dipengaruhi oleh kenaikan tingkat kesejahteraan masyarakat serta seringnya aktifitas sehari-hari yang banyak focus dengan teknologi yang mengakibatkan kurang gerak (Darni, Nur Azlia, 2022).

Kadar Kolesterol Sesudah Di Lakukan Terapi Bekam Titik Al-Kahil Dan Al-Akhadain

Berdasarkan dari hasil penelitin tabel 3 dapatkan hasil nilai rata-rata tingkat kadar kolesterol sesudah dilakukan terapi bekam titik *al-kahil* dan *al-akhadain* diperoleh nilai rata-rata Normal 199.83. Berdasarkan penelitian (Pahrul, 2021a) Terapi bekam ini dilakukan sebagai penatalaksanaan non farmakologi untuk menurunkan kadar kolesterol tinggi di dalam tubuh yang dilakukan pada titik titik meridian yang tepat seperti yang sudah ditentukan, pada pemberian terapi bekam pada titik meridian yang tepat akan meningkatkan kadar limfosit dan leukosit secara humoral juga akan menimbulkan efek anti peradangan, penurunan serum trigliserida, dan kadar kolesterol jahat. Terapi bekam memungkinkan terjadinya perlukaan kecil dan tipis pada permukaan kulit ditambah adanya vakumisasi sehingga memungkinkan terjadinya ekskresi melalui kulit. proses ini dikatakan analogi proses ekskresi yang dilakukan organ ginjal. komponen yang mungkin untuk di eksresikan melalui terapi bekam meliputi produk-produk sisa metabolisme, substansi kimiawi dan cairan hidrofobik (lipoprotein,) sehingga, dapat menurunkan kadar kolesterol total (Meinisasti et al., 2019) pada saat dilakukannya terapi bekam efek terhadap penurunan kadar kolesterol yaitu terbukanya barier kulit yang akan meningkatkan fungsi ekskresi kulit diantaranya mengeluarkan lipid dan substansi atau material yang bersifat hidrofobik dan hidrofilik salah satu contohnya yaitu lipoprotein (kolesterol yang merupakan salah satu bagian dari lipoprotein darah) (Meinisasti et al., 2019)

Analisis Pengaruh Terapi Bekam Titik Al-Kahil dan Al-Akhadain Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Di Klinik Holistic Nursing Therapy Probolinggo

Dari hasil penelitin didapatkan hasil ada pengaruh terapi bekam titik *al-kahil* dan *al-akhadain* terhadap penurunan kadar kolesterol di klinik holistic nursing therapy probolinggo ada nilai $p=0,000$ dengan tingkat signifikan ($p \leq \alpha = 0,05$). Berdasarkan penelitian menurut (Alam, 2022). bahwa Bekam memiliki dasar ilmiah yang mapan, yaitu bahwa daerah-daerah tertentu pada kulit manusia berhubungan dengan organ-organ dalam tubuh di tempat masuknya saraf yang memberi nutrisi pada organ-organ ini di sumsum tulang belakang. Stimulasi apa pun yang diterapkan pada kulit mana pun di bagian tubuh ini akan memengaruhi organ dalam yang terkait dengan kulit titik bekam pada *Al-kahil*, yang terletak di punuk leher bagian bawah, tepatnya di ruas tulang

belakang. Al-akhda'in titik 2 dan 3 masing-masing terletak pada otot leher belakang kanan dan kiri, dan Al-Katifain titik bekam 4 dan 5 terletak di atas bahu kanan dan kiri yang menimbulkan reaksi inflamasi, yang muncul ketika dilakukan tusukan untuk mengeluarkan darah kotor dari tubuh, dan ditandai dengan kerusakan sel. menyebabkan pelepasan serotonin, histamin, bradikinin, dan bahan kimia kerja lambat lainnya dari kulit (kutis), jaringan subkutan (subkutis), fascia, dan otot (SRS). Senyawa ini menghasilkan dilatasi kapiler dan arteriol di area yang ditangkupkan Serta meningkatkan mikrosirkulasi pembuluh darah dan dampak menenangkan pada otot, yang bermanfaat membantu memperbaiki aliran darah yang membawa kolesterol dan liver yang mengelola kolesterol.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat (Siti Nur Hasina, 2021) bahwa terapi bekam berperan mengurangi kadar lemak dan kolesterol berbahaya, dalam hal ini *Low Density Lipid* (LDL) dalam darah maupun yang mengendap di dinding pembuluh darah sehingga mengurangi penyumbatan pembuluh darah. Terapi bekam juga meningkatkan suplai darah ke lapisan dalam endothelium yang berperan memproduksi nitrit oksida (endothelium-derived relaxing factor) yang membantu peregangan dan pelebaran pembuluh darah. Penurunan kadar kolesterol total setelah diberikan terapi bekam dikarenakan terdapat beberapa efek dari pemberian terapi bekam melalui mekanisme sistem hematologi yang memberikan efek utama melalui jalur sistem regulasi koagulan-antikoagulasi dengan peningkatan aliran darah dan oksigenasi organ. Bekam bukan merupakan tindakan membuang darah tetapi membuang sampahmetabolisme yang disebut dengan cuasative pathological substances. Sehingga bekam tidak mengurangi volume darah sirkulasi. Darah tetapi yang keluar dari perlukaan darah “bloodlike” yang berasal dari sampah metabolisme kolesterol, eritrosit yang tua, dan lain-lain. Banyaknya darah bekam yang dilakukan secara benar tidak mengurangi haemoglobin. Terbentuknya barrier kulit akan meningkatkan fungsi ekskresi kulit diantaranya mengeluarkan lipid dan substansi yang upbersifat hidrofobik yang merupakan mekanisme yang mendsari efek terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol darah total. (Siti Nur Hasina, 2021).Hasil penelitian menurut (Hidayat et al., 2018) Penurunan kadar kolesterol yang dipengaruhi intervensi terapi bekam diduga karena adanya pengaruh mekanisme sistem hematologi yang memberikan efek utama melalui jalur sistem regulasi koagulasi-antikoagulasi dengan peningkatan aliran darah dan peningkatan oksigenasi organ. Mengingat hepar merupakan tempat filtrasi darah dalam tubuh, melalui mekanisme sistem imun inilah kadar kolesterol dalam tubuh dapat diturunkan. Adapun mekanisme yang mendasari efek terapi bekam terhadap penurunan kadar kolesterol darah total, terbukanya barrier kulit akan meningkatkan fungsi ekskresi kulit diantaranya mengeluarkan lipid dan substansi/ material yang bersifat hidrofobik.

Berdasarkan penelitian menurut (Marleni et al., 2021) dengan melakukan terapi bekam dapat menurunkan kadar kolesterol dalam tubuh. Hal ini disebabkan penghisapan darah dan mengeluarkannya dari kulit yang kemudian ditampung dalam gelas khusus yang menyebabkan penarikan dan penyedotan darah. Kemudian dilakukan penyayatan pada kulit dengan pisau atau jarum sehingga darah keluar untuk mengeluarkan racun oksidan dalam tubuh melalui goresan tipis pada pembuluh darah perifer pada lapisan epidimis.

Dari Hasil penelitian yan dilakukan oleh peneliti yaitu bekam dapat menurunkan kadar kolesterol dengan menggunakan terapi bekam *titik al-akhil dan al-akhdain*, Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan dengan adanya terapi bekam titik al-akhil dan al-akhdain yang rutin maka akan mengurangi kadar kolesterol melalui mekanisme sistem hematologi , sehingga terapi bekam pada titik al-kahil dan al-akhdain dapat diterapkan sebagai intervensi alternative bagi penderita kolesterol karena tidak memiliki efek samping yang berbahaya dan berlebihan selain itu berpengaruh lebih besar di banding

obat kimiawi serta tidak memerlukan biaya yang mahal dan lebih hemat untuk mengurangi kadar kolesterol tinggi

KESIMPULAN

Kadar kolesterol di Klinik Holistic Nursing Therapy Probolinggo sebelum dilakukan terapi bekam titik al-akhildan al-akhadain di dapatkan hasil rata rata normal tinggi 233.26 .kadar kolesterol di Klinik Holistic Nursing Therapy Probolinggo sesudah dilakukan terapi bekam titik al-akhildan al-akhadain di dapatkan kategori normal dengan rata rata 199.83 .Ada pengaruh terapi bekam titik al-akhil dan al-akhadain terhadap penurunan kadar kolesterol Di Klinik Holistic Nursing Therapy Probolinggo $p = 0,000 < \alpha = 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, R. I. (2022). *The Cupper Therapy Effectiveness on Reducing Cholesterol in Hamdalah Ruqyah and Bekam Syar'iyah Clinic. Devotion: Journal of Community Service*, 3(6), 568–572. <https://doi.org/10.36418/dev.v3i6.147>. 3(6), 569–573.
- Darni, Nur Azlia, H. S. (2022). *Pengaruh Sport Massage terhadap Penurunan Kadar Kolesterol*. 7(1), 21–30.
- Dewi Nofita, Budi Setiawan, Renatalia Fika, Y. (2018). Pemeriksaan Kolesterol Dan Asam Urat Pada Masyarakat Di Jorong Koto Gadang, Koto Tinggi Kecamatan Baso Sumatera Barat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(8).
- Dian Ayu Kurniasari, Hany Puspita Aryani, E. S. H. (2020). *PENURUNAN KADAR KOLESTROL PADA PENDERITA HIPERKOLESTROL YANG DIBERIKAN AIR REBUSAN DAUN SALAM DI UPT PUSKESMAS TURI LAMONGAN Dian*. 4(11), 1–9.
- Grace, D., Aruan, R., Siahaan, M. A., & Purba, Y. (2022). *Pemeriksaan Kadar Kolesterol Pada Lansia Di Lingkungan Kelurahan Pahlawan Medan Perjuangan*. 3, 102–107.
- Hidayat, S. A., Anggeraini, S., & Hidayat, T. (2018). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Pasien Hypercholesterolemia Di Rumah Sehat Al-Hijamaah Tahun 2014/2015. *Al-Iqra Medical Journal: Jurnal Berkala Ilmiah Kedokteran*, 1(1), 41–47. <https://doi.org/10.26618/aimj.v1i1.2769>
- Isnaniar, Wiwik Norlita, D. I. W. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Pasien Hiperkolesterolemia Di Thibbun Nabawi Centre RSIA Zainab Pekanbaru Tahun 2019. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 10(2), 1–12. <https://doi.org/10.37859/jp.v10i2.1869>
- Kgs. M. Faizal, Rezka Nurvinanda, Z. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Kadar Kolesterol Di Rumah Sakit Bakti Timah Pangkal Pinang. *Malahayati Nursing Journal*, 2(2), 259–267.
- Marleni, L., Apriani, A., Tafdhila, T., & Andilau, A. (2021). 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>
- MEINISASTI, R., FARIZAL, J., & PATRONI, R. (2019). Perbedaan Kadar Kolesterol Sebelum Dan Sesudah Terapi Bekam Basah Di Kota Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 7(2), 19–22. <https://doi.org/10.37676/jnph.v7i2.894>
- Pahrul, D. (2021a). Terapi Bekam Basah Terhadap Kadar Kolesterol Pada Penderita Hiperkolesterolemia di Klinik Holistic Centre Asy-Syafii Palembang. *Jurnal*

- Ruslianti. (2014). *Kolesterol Bukan Untuk Ditakuti*. Media Agromedia Pustaka.
- Samadanai, S Mayu. Mardiyono, MArdiyono. Anwar, C. (2020). Application of Cupping Therapy with Ginger Aromatherapy on Reducing Cholesterol Level among Patients with Hypercholesterolemia. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(1), 17–27.
- Sari. (2022). Solusi Sehat Mengatasi Kolesterol Tinggi. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 4(1).
- Siti Nur Hasina, E. C. haryani. (2021). Terapi Bekam Berpengaruh terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Darah Total. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 11–18.