



## Studi Kasus

# Penerapan Akupresure Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Penderita Hipertensi Di Desa Bermi Kabupaten Demak

Muhammad Alfin Ni'am<sup>1</sup>, Khoiriyah Khoiriyah<sup>1</sup>, Amin Samiasih<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Semarang

### Informasi Artikel

#### Riwayat Artikel:

- Submit: 16 Juni 2022
- Diterima: 16 Juli 2022
- Terbit: 27 Juli 2022

#### Kata kunci:

Hipertensi; Tekanan Darah Tinggi; Terapi Akupresure

### Abstrak

Penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit yang menimbulkan komplikasi pada penderita sehingga menurunkan kualitas hidup pada penderita. Peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi dapat di kontrol dengan terapi farmakologi dan non farmakologi, salah satunya menggunakan terapi akupresure. Tujuan penulisan karya ilmiah ini adalah mengetahui aplikasi akupresure terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi pada daerah Bermi Kabupaten Demak. Metode pengambilan studi kasus dengan metode *descriptive study* mengambil tiga responden hipertensi yang mempunyai kriteria inklusi menderita hipertensi 30 mmhg diatas nilai normal dengan di beri intervensi penerapan akupresure selama dua hari. Hasil studi kasus penerapan ini bahwa menunjukan penurunan pada tekanan darah dari 159/ 94 MAP 115 mmhg menjadi 145/94 MAP 111 dan 152/93 MAP 112 menjadi 132/80 MAP 97 terdapat penurunan rata rata untuk diastol 14 dan diastol 8,6 untuk nilai MAP 8,3. Saran pemberian terapi akupresure cukup efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi sehingga menggunakan terapi akupresure menjadi salah satu rekomendasi intervensi untuk asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

## PENDAHULUAN

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan atau tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Penyakit kardiovaskuler yang paling banyak di dunia. Satu dari delapan seluruh kematian disebabkan oleh hipertensi dan menjadi urutan ke 3 penyebab mortalitas di dunia (Fitira et al., 2021).

Berdasarkan hasil prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57 persen. Prevalensi hipertensi pada perempuan mempunyai presentase

(40,17%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki cuman hanya (34,83 %) . Prevalensi di perkotaan lebih sedikit tinggi (38,11%) di banding dengan perdesaan sebesar (37,01%). Prevalensi semakin tinggi seiring dengan pertambahan umur. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia > 15 tahun. Jumlah penderita tahun 2019 sebanyak 8.070.378 orang atau sebesar 30.4 persen dari seluruh dari jumlah estimasi tersebut, sebanyak 2.999.412 orang atau 37,7 persen sudah mendapat pelayanan (Risksdas, 2018).

Corresponding author:

Muhammad Alfin Ni'am  
alfinniam436@gmail.com

Holistic Nursing Care Approach, Vol 2 No 2, Juli 2022

e-ISSN: 2808-2095

DOI: <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.10287>

Penatalaksanaan hipertensi harus dilakukan dengan baik dan efektif. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Upaya penatalaksanaan hipertensi secara nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah membatasi konsumsi garam dan makanan tinggi lemak, tidak merokok, tidak minum alkohol, manajemen stress yang baik, relaksasi akupresure (Ainurrafiq et al., 2019).

Akupresure merupakan terapi tusuk jari dengan memberikan penekanan dan pemijatan pada titik tertentu pada tubuh dengan didasarkan pada prinsip ilmu akupunktur. Penekanan ujung-ujung jari tangan pada daerah tertentu pada permukaan kulit yang berdampak positif terhadap kondisi fisik, mental dan sosial (Majid & Rini, 2016).

Berdasarkan Penelitian penerapana tentang terapi non farmakologis yaitu terapi pijat akupresure yang bisa menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, dari latar belakang di atas bahwa perlu adanya penerapanya terapi akupresure untuk mengetahui hasil dari sebelum dan sesudah saat di terapi. Karena sangat efektif dibuktikan dengan penelitian yang sudah ada dalam menurunkan tekanan darah sehingga penulis tertarik untuk menerapkan penelitian tersebut. karena banyaknya kasus penyakit hipertensi di masyarakat terutama didesa Bermi kecamatan Mijen kabupaten Demak yang mengalami penyakit tersebut.

## METODE

Penulisan studi kasus disini menggunakan intrumen deskriptif dengan pendekatan perawatan pada pasien agar merumuskan diagnosa keperawatan dalam asuhan keperawatan da kriteria Kesadaran pasien composmentis, Tekanan darahsistol $\geq$  140 mmHg danDiastol $\geq$  90mmHg, Pasien laki-laki dan perempuan (mahrom), Bersedia

dimenja diresponden untuk penerapan intervensi terapi akupresure, Tidak mengkonsumsi obat hipertensi selama $\pm$  48 jam, Tidak memiliki tulang retak, Tidak memiliki luka bakar, Tidak memiliki kulit luka, Umur $\geq$  40-59 tahun.

Instrumen untuk pengukuran tekanan darah menggunakan sphygmomanometer digital agar lebih akurat, pemberian akupresure dilakukan selama 20 menit dengan pemberian 3x sehari selama 2 hari secara berturut-turut sebelum dilakukan pemijatan dilakukan pengecekan tekanan darah pada pasien, lalu dilakukan pemijatan pada titik *Maridian Shao GB (20)*, *Meridian Yang Ming LI (11)*, *Meridian Yang MingLI (4)*, *Meridian Jue Yin PC (6)*, *Tai Chong LV (3)*, setiap titik dengan durasi 4 menit.

Prinsip Studi kasus ini memiliki etika saat pengambilan kasus dalam penulisan karya tulis ilmiah dengan cara sebagai berikut: tidak boleh mencantumkan nama pasien, menjaga privasi pasien, menjaga kenyamanan pasien, meminta persetujuan menggunakan *inform consent*.

## HASIL

Penulis memilih 3 responden terdiri dari dua laki laki dan satu perempuan, usia untuk prempuan dengan inisial Ny.S 45 tahun untuk laki laki ada yang berumur Tn. K 48 tahun dan Tn.K 59 tahun masing masing pasien disini memiliki keluhan yang sama yaitu nyeri pada tengkuk ada yang seperti di remas dan ada yang seperti ditusuk tusuk Ny.S dengan tekanan darah 159/94 mmhg, dengan skala nyeri 5 seperti diremas, Tn.K dengan tekanan darah 145/84 mmhg dengan skala nyeri 4 seperti di tusuk tusuk dan Tn S dengan tekanan darah 152/93 mmhg dengan skala nyeri 5 seperti diremas dan keluhan semua responden sama yaitu nyeri bertambah ketika beraktivitas.



Diagnosa keperawatan utama disini adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis( naiknya tekanan darah ) meningkatnya tekanan darah tinggi yaitu di dukung gejala minor seperti gelisah, bersikap proktetif dan data mayornya yaitu tekanan darah meningkat, proses berfikir terganggu dari data data di atas bahwa pasien memunculkan diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (naiknya tekanan darah) nyeri akut merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan akibat atau fungsional dengan onset mendadak atau lambat dan berrintensitas ringan sehingga berat berlangsung kurang dari 3 bulan (Tim Pokja SDKI PPNI, 2017)

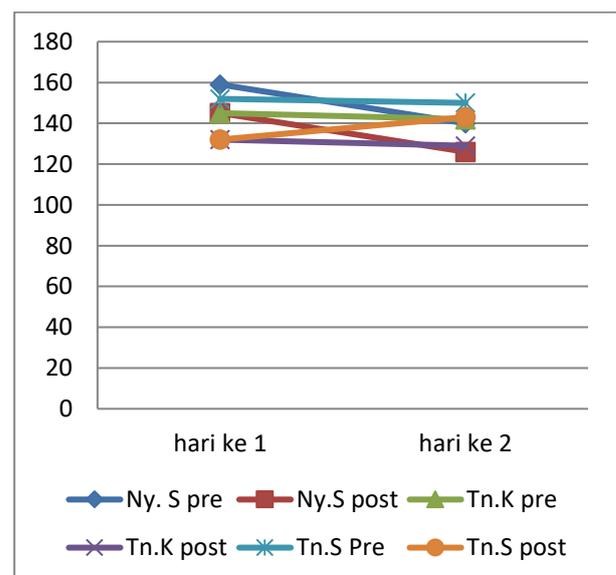
Intervensi pada studi kasus ini dengan intervensi utama manajemen nyeri berupa observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi, untuk observasi dilakukan dengan Identifikasi adanya nyeri (PQRST) ,Identifikasi pemberian terapi komplementer, Perikas ketegangan otot, frekuensi nadi, sebelum melakukan terapi. Terapeutik, dilakukan dengan Berikan teknik non farmakologi untuk mengurangi nyeri dengan akupresure, Kontrol lingkungan yang memberatkan rasa nyeri, Posisikan posisi yang nyaman, berikan terapi akupresure edukasi dilakukan dengan Jelaskan penyebab, periode, dan pemicu nyeri, Jelaskan strategi meredakan nyeri, Anjurkan memonitor nyeri secara mandiri, Anjarkan teknik nonfarmakologi, kolaborasi dilakukan dengan Kolaborasi pemberian analgetic jika perlu (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2019).

Implementasi keperawatan dalam melakukan pengkajian pada pasien sesudah dan sebelum dengan pemberian terapi akupresure untuk menurunkan tekanan darah dan nyeri, dalam melakukan implementasi pertamata penulis melakukan salam dan memperkenalkan diri, menanyakan nama

pasien ,menjelaskan tujuan datang dan menjelaskan prosedur pemberian terapi akupresure, lalu mengontrak waktu dan mencuci tangan, lalu pasien di posisikan pada posisi yang nyaman, sebelum pemberian terapi akupresure penulis melakukan pengkajian nyeri pada pasien dan mengukur tekanan darah pasien lalu dilakukan pemijatan pada titik Maridian Shao GB (20), Meridian Yang Ming LI (11), Meridian Yang MingLI (4), Meridian Jue Yin PC (6), Tai Chong LV (3) ,setiap titik dengan durasi 4 menit, selama 20 menit, setelah dilakukan pemberian terapi lalu dilakukan pengecekan tekanan darah pada pasien

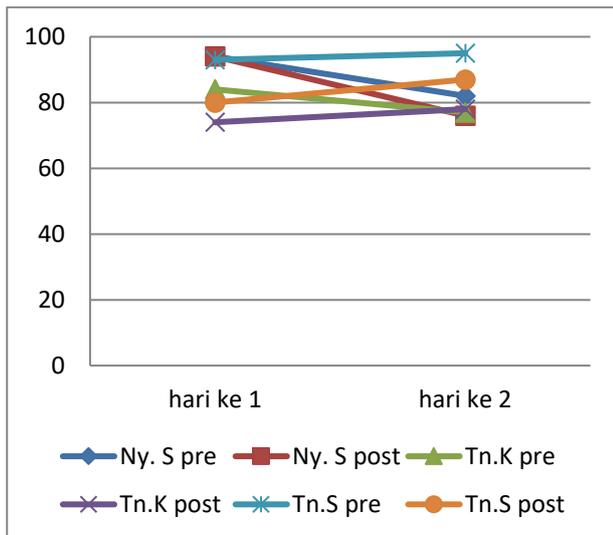
Evaluasi dilakukan pada akhir pemberian terapi akupresure pada tanggal 25-26 juni 2022 yang menunjukkan bahwa pemberian terapi akupresure dapat menurunkan tekanan darah dan juga menurunkan skala nyeri pada pasien.

Berdasarkan data penerapan akupresure terhadap tekanan darah pada ketiga responden menunjukkan adanya penurunan yang signifikan seperti yang terlihat dalam grafik dibawah ini:



Grafik 1  
Tekanan Darah Sistol





Grafik 2  
Tekanan Darah Diastol

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengkajian yang didapatkan ketiga responden mempunyai riwayat hipertensi dari studi kasus di atas bahwa 1.pasien yang pertama Ny.S mempunyai riwayat genetik hipertensi dan menjalani proses KB 2. Pasien Tn. K memiliki riwayat hipertensi dan masih merokok aktif 3.pasien Tn.S mempunyai riwayat hipertensi yang dipengaruhi kelemahan jantung dan sebagai perokok aktif.

Beberapa faktor resiko yang mempengaruhi peningkatan terjadinya kasus hipertensi Beberapa faktor pencetus timbulnya hipertensi diantaranya adalah merokok, kurang berolahraga, kegemukan (obesitas), jenis kelamin, asupan garam berlebih, alkohol, kafein, faktor genetik, umur, dan kolestrol tinggi (Elvira & Anggraini, 2019) dari ketiga pasien mengeluh nyeri kepala bagian tengkuk dari hasil studi kasus timbulnya nyeri dipengaruhi dari meningkatnya tekanan darah tinggi yaitu gejala minor seperti gelisah, bersikap proktetif dan data mayoritas yaitu tekanan darah meningkat, proses berfikir terganggu dari data data di

atas bahwa pasien memunculkan diagnosa keperawatan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (naiknya tekanan darah) nyeri akut merupakan pengalaman sensorik atau emosional yang berkaitan dengan kerusakan jaringan akibat atau fungsional dengan onset mendadak atau lambat dan berrintensitas ringan sehingga berat berlangsung kurang dari 3 bulan (Tim Pokja SDKI PPNI, 2017)

Nyeri kepala ini diakibatkan oleh karena pembuluh darah yang menuju otak mengalami vasokonstriksi yang disebabkan oleh karena adanya peningkatan kadar serotonin dan kemudian mengalami vasodilatasi (Roza et al., 2019) tingkat nyeri dan tekanan darah pada pasien dengan cara pemberian terapi non farmakologi seperti terapi akupresure, penerapan terapi Akupresur pada titik-titik intervensi yang telah dipilih peneliti dapat memperkuat fungsi limpa, menambah darah sehingga dapat menenangkan shen. Perangsangan pada titik tersebut dapat menguatkan energi dan unsur yin pada ginjal serta melemahkan unsur yang jantung sehingga akan terjadi keseimbangan energi dalam tubuh. Terjadinya keseimbangan energi tubuh tersebut akan mengoptimalkan fungsi dan sistem organ dalam tubuh seseorang sehingga dapat terjadi peningkatan kesehatan termasuk penurunan tekanan darah (Majid & Rini, 2016).

Peredaran darah menjadi lancar dan responden menjadi rileks sehingga tekanan darah berangsur-angsur menjadi turun. Bahwa akupresur dapat menstimulasi saraf-saraf di superficial kulit yang kemudian diteruskan ke otak di bagian hipotalamus. Sistem saraf desenden melepaskan *opiat endogen* seperti hormon *endorphin*. Pengeluaran hormon *endorphin* mengakibatkan meningkatnya kadar hormon *endorphin* di dalam tubuh yang akan meningkatkan produksi kerja hormon *dopamin*. Peningkatan hormon



*dopamin* mengakibatkan terjadinya peningkatan aktivitas sistem saraf parasimpatis. Sistem saraf parasimpatis berfungsi mengontrol aktivitas yang berlangsung dan bekerja pada saat tubuh rileks, sehingga penderita hipertensi mempersepsikan sentuhan sebagai stimulus respon relaksasi dan menyebabkan penurunan tekanan darah (Aminuddin et al., 2020)

Berdasarkan intervensi yang telah disusun penulis, penulis melakukan implementasi dengan cara pemberian terapi akupresure, pemberian akupresure dilakukan selama 20 menit dengan pemberian 3x sehari selama 2 hari secara berturut-turut sebelum dilakukan pemijatan dilakukan pengecekan tekanan darah pada pasien, lalu dilakukan pemijatan pada titik *Maridian Shao GB (20) Fengchi (GB20)* adalah titik dari meridian dan kandung empedu, pengombinasian kedua titik tersebut menghasilkan efek meredam Gan Yang, mendinginkan otak, kemudian pengombinasian kedua titik tersebut dengan titik *Taiyang (EX-HN5)* maka efek menghilangkan nyeri kepala lebih nyata (Khayra Al & Imandiri, 2018a)

*Meridian Yang Ming LI (11), Meridian Yang Ming LI (4) LI-4* secara luas digunakan sebagai *titik distal* pada sindrom gangguan nyeri pada tangan atau bahu, karena ia menghilangkan gangguan dari meridian. Karena Hegu memiliki pengaruh langsung yang kuat pada wajah dan mata, telinga, hidung dan mulut, ia seringkali digunakan sebagai *titik distal* ketika mengobati masalah-masalah pada wajah, termasuk mulut, hidung, telinga dan mata, misalnya *allergic rhinitis, conjunctivitis, mouth ulcers* (borok mulut), *styes, sinusitis*, mimisan, sakit gigi, *trigeminal neuralgia, facial paralysis*, sakit kepala bagian frontal (Elenia et al., 2020a) (Elenia et al., 2020b), *PC (6) titik Nei Guan* (perikardium 6), dapat merangsang keluarnya hormon kortisol yang dapat meningkatkan metabolisme

tubuh sehingga mual muntah yang dirasakan dapat berkurang (Gahayu & Ristica, 2021) Titik yang digunakan adalah *Taichong (LV3)* merupakan titik Shu dan titik Yuan dari meridian hati, dipilih untuk menenangkan hati dan meregulasi *Qi* dan darah (Khayra Al & Imandiri, 2018b)

Evaluasi hasil dari ke 3 responden setelah dilakukan penerapan akupresure nyeri pada pasien mengurangi dan tekanan darah ke 3 pasien menurun sehingga pasien dapat melakukan dengan mandiri, dan mengetahui letak letak pada titik sesuai pemberian penulis, dari hasil pembahasan diatas bahwa pemberian terapi akupresure sudah pernah diteliti di wilayah kerja pukesmas mamboro dengan judul "pemberian terapi akupresure terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi" dengan hasil setelah dilakukan terapi akupresure tekanan darah menurun tetapi penurunan tekanan darah pasien bervariasi ada yang turun signifikan atau turun hanya sedikit (Aminuddin et al., 2020).

## SIMPULAN

Berdasarkan dari studi kasus di atas bahwa terapi akupresure dapat menurunkan tekanan darah dan bisa mengontrol nyeri sehingga terapi non farmakologi terbukti efektif untuk di terapkan bagi penderita hipertensi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pasien dan keluarga pasien yang telah bersedia menjadi subjek studi. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah mendukung pelaksanaan studi ini.

## REFERENSI

Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian



Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion*, 2(3), 192-199. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3.806>

- Aminuddin, A., Sudarman, Y., & Syakib, M. (2020). Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Terapi Akupresur. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), 57. <https://doi.org/10.33490/jkm.v6i1.119>
- Elenia, E. E., S, I. G. N. B. A., Oktavia, Ma., S, M. R. T., Aldisa, N., Widjayanti, P., & Ependi, V. (2020a). Modul Praktikum Modul Praktikum. *Akuntansi Keuangan Lanjut 2*, 4, 10.
- Elenia, E. E., S, I. G. N. B. A., Oktavia, Ma., S, M. R. T., Aldisa, N., Widjayanti, P., & Ependi, V. (2020b). Modul Praktikum Modul Praktikum. *Akuntansi Keuangan Lanjut 2*, 4, 10.
- Elvira, M., & Anggraini, N. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(1), 78. <https://doi.org/10.36565/jab.v8i1.105>
- Fitira, C. N., Anggraini, M. P., & Handayani, S. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Seledri Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi Grade I. *PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 19(1), 22-29.
- Gahayu, P., & Ristica, O. D. (2021). Penerapan Teknik Akupresur Untuk Mengurangi Keluhan Mual Muntah Pada Kehamilan Trimester 1. *Jurnal Kebidanan*, 1, 70-78.
- Khayra Al, M., & Imandiri, A. (2018a). Terapi Akupresur Serta Herbal Kencur Pada Kasus Migrain. *Journal of Vocational Health Studies*, 02, 80-85. <https://doi.org/10.20473/jvhs>.
- Khayra Al, M., & Imandiri, A. (2018b). Terapi Akupresur Serta Herbal Kencur Pada Kasus Migrain. *Journal of Vocational Health Studies*, 02, 80-85. <https://doi.org/10.20473/jvhs>.
- Majid, Y. A., & Rini, P. S. (2016). Terapi Akupresur Memberikan Rasa Tenang dan Nyaman serta Mampu Menurunkan Tekanan Darah Lansia. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 79-86. <https://doi.org/10.30604/jika.v1i1.11>
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*.
- Roza, R., Mulyadi, B., Nurdin, Y., & Mahathir, M. (2019). Pengaruh Pemberian Akupresur oleh Anggota Keluarga terhadap Tingkat Nyeri Pasien Nyeri Kepala (Chephalgia) di Kota Padang Panjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), 714. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.772>

