



The Effect of Acupressure Therapy on Reducing Blood Pressure in Hypertension Patients in the Work Area of the Muntok Health Center in 2022

Kiki Amalia

STIKES Citra Delima Bangka Belitung

Corresponding Author: Kiki Amalia Kikiameliak740@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Therapy, Hypertension, Pre-Experimental

Received : 15, Mei

Revised : 17, June

Accepted: 19, July

©2023 Amalia: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of giving acupressure therapy on reducing blood pressure in hypertensive patients in the Working Area of the Muntok Health Center in 2022. This research method used a Pre-Experimental with a One Group Pretest-Posttest design. The sample used in this study were 14 people. The results of this study revealed that there was an effect of acupressure therapy on reducing blood pressure using non-parametric statistical methods and using the Wilcoxon test obtained a value of $p = 0.001$ ($p < 0.05$) in systolic and diastolic blood pressure, before and after acupressure therapy with an average systolic pretest blood pressure 150.71 and 127.14, while posttest diastolic 90.36 and 80.71. The conclusion of this study is that acupressure therapy is an alternative therapy that can treat patients with hypertension.

Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022

Kiki Amalia

STIKES Citra Delima Bangka Belitung

Corresponding Author: Kiki Amalia Kikiameliak740@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Terapi, Hipertensi, Pre-Experimental

Received : 15, Mei

Revised : 17, June

Accepted: 19, July

©2023 Amalia: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi akupresure terhadap penurunan tekanan darah penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022. Metode Penelitian ini menggunakan *Pre-Experimental* dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebanyak 14 orang. Hasil dari penelitian ini diketahui adanya pengaruh pemberian terapi akupresure terhadap penurunan tekanan darah dengan metode statistik non-parametrik dan menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $p = 0.001$ ($p < 0.05$) pada tekanan darah sistolik dan diastolik, sebelum dan sesudah terapi akupresure dengan rata-rata tekanan darah *pretest* sistolik 150.71 dan 127.14, sedangkan *posttest* diastolik 90.36 dan 80.71. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu bahwa terapi akupresure merupakan salah satu terapi alternatif yang dapat menangani pasien penderita hipertensi.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang perlu mendapatkan perhatian khusus karena masih menjadi suatu masalah kesehatan yang serius hingga saat ini. Hipertensi biasanya tidak memiliki gejala. Banyak orang yang mempunyai tekanan darah tinggi selama bertahun-tahun tapi tidak menyadarinya. Sementara tekanan darah yang terus tinggi dalam waktu yang lama akan menimbulkan komplikasi. Oleh karena itu hipertensi juga disebut dengan pembunuh diam – diam atau 'the silent killer' (syahrini, 2012). Data World Health Organization (WHO) tahun 2019 menyebutkan bahwa penyakit hipertensi menyerang 22% penduduk dunia. Dari jumlah penderita tersebut, hanya dari seperlima persen yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi yaitu sebesar 27%. Asia Tenggara berada pengantar diposisi ke 3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 diantara 5 orang perempuan di seluruh dunia menderita hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara Kelompok laki-laki yaitu 1 diantara 4 orang (WHO, 2019).

Berdasarkan pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kementerian kesehatan tahun 2018. Prevalensi kejadian hipertensi tahun 2018 sebanyak 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan pada tahun (2013) yang menyentuh angka prevalensi 25,8%. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia yang berusia > 18 tahun (Kemenkes RI, 2018). Riset yang dilakukan oleh Kemenkes tahun (2013) Provinsi Kepulauan Bangka Belitung menduduki posisi pertama kasus hipertensi dengan prevalensi hipertensi pada usia > 18 tahun yaitu 30,90% dan yang terendah Provinsi Papua dengan 16,8%. Kemudian pada tahun 2018, Prevalensi hipertensi di Provinsi kepulauan Bangka Belitung mengalami sedikit penurunan yaitu 29,90%. Namun secara keseluruhan hipertensi di Indonesia masih tetap menjadi pusat perhatian karena kenaikannya yang cukup signifikan pada tahun 2018 yaitu 34,1% (Balitbangkes Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan profil kesehatan Kepulauan Bangka Belitung, kasus hipertensi yang paling tinggi terjadi pada tahun 2017 yaitu sebanyak 75,337 kasus. Kemudian pada tahun 2018 sebanyak 66.728 kasus, pada tahun 2019 sebanyak 67.835 kasus dan tahun 2020 sebanyak 66.513 kasus. Setiap penderita kasus hipertensi mendapatkan pelayanan sesuai standar. Pemerintah daerah/kota mempunyai kewajiban untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada seluruh penderita sebagai upaya pencegahan sekunder di wilayah kerjanya (Dinkes Prov. Kepulauan Bangka Belitung 2020). Berdasarkan data kasus hipertensi di puskesmas Muntok selama 3 tahun terakhir mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2019 sebanyak 334 kasus, tahun 2020 sebanyak 421 kasus, dan tahun 2021 sebanyak 530 kasus (Puskesmas Muntok, 2021).

Penyakit hipertensi merupakan penyakit dengan dampak negatif yang sangat besar, karena merupakan penyakit kronis dan penyakit ini tidak bisa disembuhkan, namun hanya dapat dikendalikan. Gangguan emosi, obesitas, mengkonsumsi alkohol, mengkonsumsi kopi yang berlebihan, kebiasaan merokok dan mengkonsumsi obat-obatan merupakan pemicu terjadinya hipertensi. Selain itu juga penyakit ini sangat dipengaruhi oleh faktor keturunan. Penyakit Tidak Menular (PTM) seperti hipertensi ini jika terjadi dalam waktu yang lama dan tidak ditangani akan menimbulkan komplikasi jangka panjang. Komplikasi penyakit hipertensi diantaranya yaitu gagal ginjal, merusak kinerja otot, merusak kinerja jantung, menyebabkan kerusakan mata, menyebabkan resistensi pembuluh darah, dan stroke (Lestari et al., 2017). Melihat kompleksnya permasalahan hipertensi dan adanya hambatan pengobatan hipertensi secara farmakologis dan tingginya efek samping pada obat, maka untuk mengantisipasinya masyarakat perlu diberikan alternatif pengobatan hipertensi lainnya melalui pengobatan non farmakologis dengan menggunakan metode terapi akupresure.

Akupresure merupakan teknik pengobatan tradisional dari Tiongkok, teknik ini mirip dengan akupunktur, tetapi tidak menggunakan jarum, terapi akupresure memiliki beberapa manfaat untuk kesehatan seperti meningkatkan sirkulasi darah, merangsang sistem saraf serta membuat tubuh menjadi rileks. Akupresure sudah digunakan sejak ribuan tahun yang lalu di Tiongkok. Akupresure ini merupakan terapi tusuk jari dengan memberikan penekanan dan pemijatan pada titik-titik tertentu pada tubuh yang didasarkan pada prinsip ilmu akupunktur (Fengge, 2012). Pada sistem sirkulasi darah, pijat akupresure dapat melancarkan aliran darah dan mengakibatkan penurunan frekuensi detak jantung yang dapat menurunkan tekanan darah. Hasil Studi literatur tentang terapi akupresur pada tekanan darah penderita hipertensi yang dilakukan oleh Kamelia, et al (2021) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh terapi akupresure terhadap tekanan darah pasien dengan hipertensi didalam studi literaturanya didapatkan 8 artikel yang menjelaskan bahwa ada perubahan tekanan darah dari hipertensi level 2 (sedang) menjadi hipertensi level 1 (ringan) dan ada 2 artikel menjelaskan bahwa tidak ada perubahan tekanan darah karena faktor jenis kelamin. Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa terapi akupresure merupakan salah satu terapi komplementer yang diharap dapat diaplikasikan oleh perawat untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Terapi akupresure merupakan pengembangan dari ilmu akupunktur, sehingga pada prinsipnya metode terapinya akupresure sama dengan akupunktur, yang membedakanya terapi akupresur tidak menggunakan jarum dalam proses pengobatannya. Akupresure berguna untuk mengurangi ataupun mengobati berbagai jenis penyakit dan nyeri serta mengurangi ketegangan dan kelelahan. Proses pengobatan dengan teknik akupresure menitik beratkan pada titik-titik saraf tubuh. Di kedua telapak tangan dan kaki kita terdapat titik akupresure untuk jantung, paru-paru, ginjal, mata, hati, kelenjar tiroid, pankreas, sinus, dan otak (Hasanudin Kep, 2015). Akupresur disebut juga dengan terapi totok atau tusuk jari adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu atau acupoint pada tubuh.

Akupresure juga diartikan sebagai menekan titik-titik penyembuhan menggunakan jari secara bertahap yang merangsang kemampuan tubuh untuk penyembuhan diri secara alami (Setyowati, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Majid (2016) dengan judul Terapi Akupresur Memberikan Rasa Tenang dan Nyaman serta Mampu Menurunkan Tekanan Darah Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang dengan teknik concecutive sampling yang terdiri dari 32 responden terbagi menjadi 16 responden kelompok perlakuan dan 16 responden kontrol hasil penelitian menunjukkan Terdapat perbedaan yang bermakna tekanan darah (sistole dan diastole) responden antara sebelum dan sesudah diberikan akupresure pada kelompok perlakuan (p value 0,001) dan terdapat perbedaan yang bermakna tekanan darah (siastole dan diastole) responden kelompok perlakuan dan kontrol setelah diberikan akupresure (p value 0,008). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya oleh Suwarni (2021) tentang Pengaruh Pemberian Terapi Akupresure Terhadap Tekanan Darah Lansia Di Puskesmas Kediri I Tabanan yang melibatkan 34 lansia dengan hipertensi. Hasil analisis data dengan uji paired t-test menunjukkan rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan intervensi terapi akupresur yaitu 152,35/97,65 mmHg, kemudian setelah dilakukan intervensi akupresur nilai rata-rata tekanan darah menjadi 140,74/90,59 mmHg, dengan analisis paired t-test mendapatkan nilai p value= 0,001 pada tekanan systole dan diastole, sehingga ada perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi akupresur pada lansia di Puskesmas Kediri I Kabupaten Tabanan. Oleh karena itu, peneliti tertarik ingin melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian terapi akupresure terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022.

TINJAUAN PUSTAKA

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi meningkatnya tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah distolik diatas 90 mmHg dalam dua kali pengukuran yang dilakukan pada selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/ tenang. Peningkatan tekanan darah tidak terdeteksi sedini mungkin dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama serta tidak memperoleh pengobatan yang optimal dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal , jantung , dan otak (Kemenkes RI, 2014). Hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat juga diartikan sebagai kondisi dimana pembuluh darah terus menerus mengalami peningkatan tekanan. Setiap kali berdetak, jantung memompa darah ke dalam pembuluh. Tekanan darah diciptakan oleh kekuatan darah yang mendorong dinding pembuluh darah karena di pompa oleh jantung. Semakin tinggi tekanan semakin sulit jantung untuk memompa (WHO, 2019).

Faktor-faktor dapat mempengaruhi tekanan darah seorang, yaitu: a) Jenis Kelamin Beberapa penelitian menyebutkan bahwa pria memiliki tekan darah lebih tinggi dari pada wanita pada rentang usia yang sama. Setelah puberitas, wanita biasanya mempunyai tekanan darah yang lebih rendah dari pada laki-laki pada usia yang sama. Hal ini terjadi akibat perbedaan hormonal. Wanita lebih cenderung memiliki tekanan darah yang lebih tinggi dari sebelumnya setelah menopause (Kozier, 2003, dalam Mufarokhah, 2019); dan b) Usia, Tekanan darah akan semakin meningkat seiring bertambahnya usia, mencapai puncaknya pada pubertas kemudian cenderung agak menurun. Pada lansia elastisitas arteri menurun dari arteri menjadi kaku. Hal ini meningkatkan tekanan darah sistolik karena dinding pembuluh darah fleksibel tidak mampu retraksi makanya tekanan darah distolik menjadi lebih tinggi (Kozier, 2003 dalam Mufarokhah, 2019).

Akupresure merupakan teknik pengobatan tradisional dari tiongkok, teknik ini mirip dengan akupuntur, tetapi tidak menggunakan jarum akupresure di duga memiliki beberapa manfaat untuk kesehatan seperti meningkat sirkulasi darah, merangsang sistem saraf serta membuat tubuh menjadi rileks. Akupresure sejak di gunakan ribuan tahun yang lalu di Tiongkok. Akupresure ini merupakan terapi tusuk jari dengan memberikan penekanan dan pemijatan pada titik tertentu pada tubuh yang didasarkan pada prinsip ilmu akupuntur (Fengge, 2012). Akupresure membantu memperbaiki sirkulasi dan menurunkan tekanan darah (Padila, 2013). Stimulasi titik akupresur akan mampu merangsang endorpin yang membuat pasien merasa tenang dan nyaman. Stimulasi titik akupresur juga akan merangsang dilepaskannya histamin yang menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah. Proses tersebut berakibat menurunkan tekanan darah dan sakit kepala dengan cara terjadinya vasodilatasi dan menurunnya resistensi pembuluh darah (Nurarif & Kusuma, 2013). Penekanan pada titik-titik akupresure akan berpengaruh pada perubahan fisiologis tubuh serta dapat mempengaruhi keadaan mental dan emosional seseorang (Hartono, 2012).

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan yaitu Pre-Experimental dengan rancangan One Group Pretest-Posttest. Penelitian ini dilakukan dengan cara memberikan pre-test terlebih dahulu (pengamatan awal) sebelum dilakukan intervensi, setelah itu diberikan intervensi dan kemudian dilakukan post-test (pengamatan akhir) (Notoadmodjo, 2012). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi akupresure terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

a. Jenis Kelamin

Dalam penelitian ini jenis kelamin dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu; laki-laki dan perempuan. Distribusi dan frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022.

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	3	21.4
Perempuan	11	78.6
Total	14	100.0

Pada tabel diatas, Pada tabel.1 diatas, diketahui bahwa dari 14 orang responden yang menderita hipertensi didapatkan 3 orang (21.4%) yang berjenis kelamin laki-laki dan 11 orang (78.6%) yang berjenis kelamin perempuan.

b. Usia

Dalam penelitian ini usia dikelompokkan ke dalam 4 kategori yaitu, dewasa awal (26-35) tahun, dewasa akhir (36-45) tahun, lansia awal (46-55) tahun dan lansia akhir (56-55) tahun. Distribusi dan frekuensi berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022

Usia (Tahun)	Jumlah	Persentase (%)
Dewasa Akhir (36-45)	3	21.4
Lansia Awal (46-55)	5	35.7
Lansia Akhir (56-65)	6	42.9
Total	14	100.0

Pada tabel diatas, diketahui bahwa dari 14 orang responden kelompok usia yang paling banyak mengalami hipertensi yaitu lansia akhir sebanyak 6 orang (42.9%) dan kelompok yang paling sedikit mengalami hipertensi yaitu Dewasa Akhir sebanyak 3 orang (21.4%).

c. Tekanan Darah Responden Sebelum dan Sesudah Terapi Akupresur

Dalam penelitian ini tekanan darah dibagi menjadi 4 kategori yaitu; normal (<120) mmHg, pra-hipertensi (120-139) mmHg, hipertensi tingkat 1 (140-159) mmHg, dan hipertensi tingkat 2 (>160) mmHg. Berdasarkan hasil intervensi terapi akupresur pada responden ditampilkan kedalam tabel sebagaimana berikut ini;

Tabel.3 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Responden Sebelum Dilakukan Terapi Akupresur Di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022

Variabel	Tekanan Darah	Jumlah	Persentase (%)
Terapi Akupresur (Pretest)	Hipertensi tingkat 1	10	71.4
	Hipertensi tingkat 2	4	28.6
Total		14	100.0

Pada tabel diatas diketahui distribusi frekuensi tekanan darah responden sebelum dilakukan terapi akupresur hari pertama terdapat pada kategori Hipertensi tingkat 1 sejumlah 10 orang (71.4%) dan Hipertensi tingkat 2 sejumlah 4 orang (28.6%).

Tabel.4 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Responden Sesudah Dilakukan Terapi Akupresur Di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022.

Variabel	Tekanan Darah	Jumlah	Persentase (%)
Terapi Akupresur (Posttest)	Normal	8	57.1
	Pra-Hipertensi	2	14.3
	Hipertensi tingkat 1	4	28.6
Total		14	100.0

Pada tabel diatas diketahui distribusi frekuensi tekanan darah responden sesudah dilakukan terapi akupresur hari ketujuh terdapat pada kategori tekanan darah normal sejumlah 8 orang (57.1%), pra-hipertensi sejumlah 2 orang (14.3%) dan hipertensi tingkat 1 sejumlah 4 orang (28.6%).

1. Uji Normalitas

Tabel.5 Hasil Uji Normalitas Shapiro Wilk Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Akupresur

Variabel	Tekanan Darah	Shapiro Wilk (p-value)	Distribusi Data
Terapi Akupresur (Pretest)	Sistolik	0.011	Tidak Normal
	Diastolik	0.000	Normal
Terapi Akupresur (Posttest)	Sistolik	0.000	Tidak Normal
	Diastolik	0.000	Normal

Pada tabel diatas hasil uji normalitas pada penelitian ini menggunakan metode shapiro wilk. Didapatkan nilai p-value sebelum dilakukan terapi akupresur dengan tekanan darah sistolik (0.011) dan diastolik (0.000), dari hasil uji normalitas diatas menunjukkan data pretest hari pertama pada kelompok tekanan darah sistolik maupun diastolik tidak berdistribusi normal dikarenakan nilai ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$).

Sedangkan nilai p-value sesudah dilakukan terapi akupresur dengan tekanan darah sistolik (0.000) dan diastolik (0.000), dari hasil uji normalitas diatas menunjukkan data posttest hari ketujuh pada kelompok tekanan darah sistolik maupun diastolik tidak berdistribusi normal dikarenakan nilai ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$).

2. Analisa Bivariat

Tabel.6 Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik Dan Diastolik Responden Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Akupresur Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Muntok Tahun 2022.

Variabel	Mean	SD	<i>p-value</i>
Sistolik (<i>Pretest</i>)	150.71	11.411	0.001
Diastolik (<i>Pretest</i>)	90.36	3.079	
Sistolik (<i>Posttest</i>)	127.14	9.139	0.001
Diastolik (<i>Posttest</i>)	80.71	2.673	

Pada diatas menggambarkan tentang rata-rata tekanan darah sistolik dengan diastolik sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur. Pada hasil tersebut didapatkan rata-rata tekanan darah pretest sistolik pada pertemuan pertama adalah 150.71 dengan standar deviasi 11.411 dan rata-rata tekanan darah pretest diastolik adalah 90.36 dengan standar deviasi 3.079, sedangkan rata-rata tekanan darah posttest sistolik pada pertemuan ketujuh adalah 127.14 dengan standar deviasi 9.139 dan rata-rata tekanan darah posttest diastolik adalah 80.71 dengan standar deviasi 2.673. Hasil uji statistik antara pretest sistolik dan diastolik maupun posttest sistolik dan diastolik didapatkan nilai p-value 0.001 ($p\text{-value} \leq 0.05$). Hal ini menunjukkan tekanan darah sistolik maupun diastolik pertemuan pertama dan ketujuh secara statistik menunjukkan nilai ($p\text{-value} \leq 0.05$) H_0 diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sistolik maupun diastolik sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin sangat erat kaitanya terhadap terjadinya hipertensi dimana pada wanita lebih tinggi ketika seorang wanita mengalami menopause, hal ini didukung juga oleh pendapat (Cortas 2008) dalam Kusumawaty (2016) mengatakan bahwa wanita yang belum mengalami menopause dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar High Density Lipoprotein (HDL). Kadar kolesterol HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses aterosklerosis. Efek perlindungan

estrogen dianggap sebagai penjelasan adanya imunitas wanita pada usia premenopause. Hal ini sesuai dengan pendapat Yuliarti, 2007 yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan lima tahun terakhir antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa kejadian hipertensi pada perempuan dipengaruhi oleh kadar hormon estrogen. Hormon estrogen tersebut akan menurun kadarnya ketika perempuan memasuki usia tua (menopause) sehingga perempuan menjadi lebih rentan terhadap hipertensi.

Tekanan darah wanita, khususnya sistolik, meningkat lebih tajam sesuai usia. Setelah 55 tahun, wanita memang mempunyai risiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi. Salah satu penyebab terjadinya pola tersebut adalah perbedaan hormon kedua jenis kelamin (Benson, 2006 dalam Aristoteles, 2017). Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan dari 14 orang responden paling banyak mengalami hipertensi pada perempuan sebanyak 11 orang (78.6%) responden, bila dibandingkan dengan laki-laki sebanyak 3 orang (21.4%) responden.

b. Usia

Pada usia antara 30 dan 65 tahun, tekanan sistolik meningkat rata-rata sebanyak 20 mmHg dan terus meningkat setelah usia 70 tahun. Peningkatan risiko yang berkaitan dengan faktor usia sebagian besar menjelaskan tentang hipertensi sistolik terisolasi dan di hubungkan dengan peningkatan periperal vascular resistance (hambatan aliran darah dalam pembuluh darah perifer) dalam arteri (Benson, 2006 dalam Aristoteles, 2017). Menurut penelitian dari Febby Hendra tahun 2012 menunjukkan adanya hubungan antara usia dengan kejadian hipertensi, hal ini disebabkan karena tekanan arterial yang meningkat sesuai dengan bertambahnya usia, terjadinya regurgitasi aorta, serta adanya proses degeneratif, yang lebih sering pada usia tua. Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan jumlah penderita hipertensi lebih banyak pada rentang usia lansia akhir (56-65) sebanyak 6 orang (42.9%) responden. Hal ini menurut peneliti karena menurunnya fungsi organ tubuh manusia jika semakin tua maka fungsinya akan melemah dan mudah terserang penyakit.

c. Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Terapi Akupresur atau yang biasa dikenal dengan terapi totok/ tusuk jari adalah salah satu bentuk fisioterapi dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik tertentu pada tubuh. Terapi akupresur merupakan pengembangan dari ilmu akupuntur, sehingga pada prinsipnya metode terapi akupresur sama dengan akupuntur, yang membedakannya terapi akupresur tidak menggunakan jarum dalam proses pengobatannya. Akupresur berguna untuk mengurangi ataupun mengobati berbagai jenis penyakit dan nyeri serta mengurangi ketegangan dan kelelahan. Proses pengobatan dengan teknik akupresur menitik beratkan pada titik-titik saraf tubuh. Dikedua telapak tangan dan kaki kita terdapat titik akupresur untuk jantung, paru-paru, ginjal, mata, hati, kelenjar tiroid, pankreas, sinus dan otak (Fengge, 2012). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur hari pertama dan terapi akupresur hari ketujuh dengan uji Wilcoxon terapi hari pertama dan terapi hari

ketujuh diperoleh nilai $p\text{-value} (0.001) < \alpha (0.05)$. Dengan nilai rata-rata mean tekanan darah sistolik sebelum terapi pertama sebesar 150.71 dan sesudah terapi hari ketujuh sebesar 127.14.

Kemudian perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur hari pertama dan terapi akupresur hari ketujuh dengan uji Wilcoxon terapi hari pertama dan hari ketujuh diperoleh nilai $p\text{-value} (0.001) < \alpha (0.05)$. Dengan nilai rata-rata mean tekanan darah diastolik sebelum terapi hari pertama sebesar 90.36 dan sesudah terapi hari ketujuh sebesar 80.71.

2. Hasil Korelasi

Perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik responden sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur hari pertama dan terapi akupresur hari ketujuh dengan uji Wilcoxon terapi hari pertama dan hari ketujuh diperoleh nilai $p\text{-value} (0.001) < \alpha (0.05)$. Dengan nilai rata-rata mean tekanan darah diastolik sebelum terapi hari pertama sebesar 90.36 dan sesudah terapi hari ketujuh sebesar 80.71.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian dan data yang diperoleh ini maka dapat disimpulkan bahwa: a) Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dari 14 orang responden yaitu terdapat 3 orang (21.4%) yang berjenis kelamin laki-laki dan 11 orang (78.6%) yang berjenis kelamin perempuan; b) Rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan terapi akupresur (Pretest) hari pertama yaitu tekanan darah Sistolik 150.71 dan hari ketujuh tekanan darah Sistolik 127.14; c) Rata-rata tekanan darah sesudah dilakukan terapi akupresur (Posttest) hari pertama yaitu tekanan darah Diastolik 90.36 dan hari ketujuh tekanan darah Diastolik 80.71; dan d) Ada perbedaan nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur dengan menggunakan uji Wilcoxon terapi hari pertama dan hari ketujuh yaitu $p\text{-value} (0.001) < \alpha (0.05)$.

PENELITIAN LANJUTAN

Adapun saran yang dapat peneliti berikan setelah melakukan penelitian mengenai pengaruh terapi Akupresure terhadap Penurunan Tekanan Darah penderita Hipertensi sebagai tambahan informasi untuk mengembangkan penelitian ini lebih lanjut atau penelitian yang serupa dengan melakukan intervensi akupresur dengan tambahan untuk kelompok kontrol sebagai data pembandingan terhadap pengaruh terapi serta perlu juga memasukkan variabel yang terkait dengan perubahan pola hidup.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan terima kasih kepada orang-orang tersayang, yaitu orang tua, teman-teman, dan kerabat dekat yang telah memberikan semangat dan dukungan sehingga penelitian ini dapat selesai tepat waktu. Tak lupa juga peneliti ucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada pembimbing yang telah memberikan nasehat dan meluangkan waktu untuk membimbing peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustinus, I., Santoso, E., & Rahayudi, B. (2018). *Klasifikasi Risiko Hipertensi Menggunakan Metode Learning Vector Quantization (LVQ)*. *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi Dan Ilmu Komputer*, 2(8), 2947– 2955.
- AHA. (2014). *Know Your Risk Factors For High Blood Pressure*. Amerika: American Heart Association (AHA).
- Ariawati, R.R., Kartini, D., Agoes, S., & Supardi, D. (2016). *Tinjauan Atas Proses Penyusunan Laporan Keuangan Pada Young Enterpreneur Academy Indonesia Bandung*.
- Arifin, M.H., Wayan, w., & Ni Luh Ketut, A.R. (2016). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung*.
- Ayukhaliza, D.A. (2020). *Faktor Risiko Hipertensi Di Wilayah Pesisir Studi Pada Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Tiram*. Skripsi starata satu, UIN Sumatera Utara Medan, Medan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. (2020). *Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung 2020*: Dinas Kesehatan provinsi Kepulauan Bangka Belitung.
- Fengge, A. 2012. *Terapi Akupresur Manfaat dan Teknik Pengobatan*. Yogyakarta: Crop Circle Corp.
- Hartono, R. (2012). *Akupresure Untuk Berbagai Penyakit, Herbal Indonesia Berkhasiat Bukti Ilmiah dan Cara Racik*. Yogyakarta: Rapha Mawan.
- Hariawan, H & Cut Mutia, T. (2020). *Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga Dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi*. *Jurnal Pengamas Kesehatan Sasambo*, 75-79.
- Hasanudin, S. (2015). *“Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Pemberian Terapi Akupresur Untuk Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD Abdul Wahab Sjahrane Samarinda Tahun 2015*.
- Hawks, J.H & Joyce, M.B. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: Elsevier.
- Heni Setyowati. (2018). *Akupresur Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Unimma Press.

- Kamelia, Nur Dina, et al (2021). *Terapi Akupresur Pada Tekanan Darah Penderita Hipertensi: Studi Literatur*. Nursing Information Journal Nomor: 1, Volume: 1.
- Kemenkes RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Faktor Risiko Penyebab Hipertensi*. Jakarta: 2021
- Lestari, Y.A., Aris, H., & Ucik, S. (2017). *Pengaruh pemberian terapi Bekam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Dusun Tambak Rejo Desa Gayaman Mojokerto*. Jurnal Nurse and Health, 6 (2), 14-20.
- Luknis, S.H & Susanto, P. (2011). *Statistik Kesehatan*. Bandung: Raja Grandindio Persada.
- Majid, Y.A & Rini, P.S. (2016). *Terapi Akupresur Memberikan Rasa Tenang dan Nyaman serta Mampu Menurunkan Tekanan Darah Lansia*. Palembang: STIKES Muhammadiyah Palembang.
- Mufarokhah, Hanim. (2019). *Hipertensi dan Intervensi Keperawatan*. Jateng: Lakeisha.
- Murdiyanti, D. (2019). *Terapi Komplementer Konsep Dan Aplikasi Dalam Keperawatan*. Bantul Yogyakarta.
- Notoadmodjo, Sockidjo. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka.
- Nurarif H. Amin & Kusuma Hardi. 2013. *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA (North American Nursing Diagnosis Association) NIC-NOC*. Mediaction Publishing.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sari, F.R., Arskal, S., Fika, E., & Iman, S. (2018). *Bekam Sebagai Kedokteran Profetik Dalam Tinjauan Hadits, Sejarah, dan Kedokteran Berbasis Bukti*. Depok: Rajawali Pers.

- Sharaf, A.R. (2012). *Penyakit dan Terapi Bekamnya Dasar-Dasar Ilmiah Terapi Bekam*. Surakarta: Thibbia.
- Sugiyono. (2011). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&B*. Bandung: ALVABETA.CV.
- Supriyono. (2019). *Analisis Faktor-faktor Yang Berhubungan Tekanan Darah Sistole Pada Peserta Pelatihan Manajemen Puskesmas*. Jurnal Inspirasi Vol 10 Nomor 1 BPSDM Provinsi Jawa Tengah.
- Suwarni Ni Made et al. (2021). *Pengaruh Pemberian Terapi Akupresur Terhadap Tekanan Darah Lansia di Puskesmas Kediri I Tabanan*.
- Syahrini, N.E., Henry, S.S., & Ari, U. (2012). *Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Primer Di Puskesmas Tlogosari Kulon Kota Semarang*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 315-325.
- Wahyuningsih dan Endri Astuti. (2008). *Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi pada Usia Lanjut*, Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, Yogyakarta.
- Wismasa Intania Hadi, et al. (2021). *Pengaruh Terapi Akupresure Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Klinik Bangsalsari Jember*.
- WHO. (2019). World Health Day 2019.
- WHO. (2019). *Hypertension*. World Health Organization