



EDUKASI DAN TERAPI AKUPUNTUR PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI DESA MELINGGIH

(Health Education And Acupuncture Therapy For Elderly With Hypertension In Melinggih Village)

I Dewa Ayu Agra Darmawati¹, Kadek Buja Harditya², Komang Rosa Tri Anggaraeni³,
Ni Made Dewi Wahyunadi⁴, Ida Ayu Suptika Strisanti⁵

^{1,2,3,5}Sarjana Terapan Akupuntur dan Pengobatan Herbal, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan
Kesehatan Bali

⁴Sarjana Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

e-mail: ayuagra@gmail.com

Received : April, 2025

Accepted : April, 2025

Published : Mei, 2025

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg setelah dilakukan dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dengan keadaan tenang. Gejala dari penyakit hipertensi adalah pengelihan kabur karena kerusakan retina, nyeri pada kepala, mual muntah yang merupakan akibat meningkatnya tekanan intra kranial, edema dependent, adanya pembengkakan akibat adanya peningkatan kapiler. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi adalah umur, jenis kelamin laki-laki lebih beresiko menderita dibandingkan perempuan, keturunan, obesitas, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, aktivitas fisik, konsumsi garam, dan penyakit peserta seperti diabetes militus. Pengobatan pada hipertensi dapat berupa farmakologi dan non farmakologi. Salah satu pengobatan non farmakologi adalah Akupuntur. Metode penusukan jarum pada akupunktur akan menstimulasi dikeluarkan dan diaktifkannya zat aktif seperti Nitric Oxide (NO) yang merupakan zat vasodilator yang dihasilkan oleh endotel pembuluh darah yang memicu vasodilatasi. Saat ini telah tersedia pelayanan kesehatan terintegrasi dengan pengobatan tradisional di RS Payangan yang terletak di Desa Melinggih. Terapi Akupuntur merupakan salah satu bagian dari layanan terintegrasi tersebut. Namun seperti ini masih banyak masyarakat yang belum mengetahui layanan ini. Oleh sebab itu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pelayanan terapi akupuntur dan kualitas hidup penderita tekanan darah tinggi dengan terapi akupunktur di Desa Melinggih. Berdasarkan hal tersebut, diadakan kegiatan bertahap yang diawali dengan sosialisasi kegiatan, pemberian edukasi tentang terapi akupuntur dan penanganan hipertensi dengan terapi akupuntur serta diakhiri dengan evaluasi hasil kegiatan. Indikator capaian adalah peningkatan pengetahuan masyarakat tentang terapi akupuntur dan tekanan darah penderita dalam rentang normal atau terkendali

Kata kunci : Hipertensi, akupuntur, komplementer

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg after two measurements taken five minutes apart in a calm condition. Symptoms of hypertension are blurred vision due to damage to the retina, pain in the head, nausea and vomiting which is a result of increased intra-cranial pressure, dependent edema, swelling due to increased capillaries. Factors that influence the occurrence of hypertension are age, male gender is more at risk of suffering than women, heredity, obesity, alcohol consumption, smoking habits, physical activity, salt consumption, and participant diseases such as diabetes mellitus. Treatment for

hypertension can be pharmacological and non-pharmacological. One non-pharmacological treatment is acupuncture. The needle insertion method in acupuncture will stimulate the release and activation of active substances such as Nitric Oxide (NO), which is a vasodilator substance produced by the blood vessel endothelium which triggers vasodilation. Currently, integrated health services with traditional medicine are available at Payangan Hospital, located in Melinggih Village. Acupuncture therapy is one part of this integrated service. However, it seems that there are still many people who don't know about this service. Therefore, the implementation of this community service activity aims to increase knowledge about acupuncture therapy services and the quality of life for high blood pressure sufferers with acupuncture therapy in Melinggih Village. Based on this, gradual activities were held starting with socialization of the activities, providing education about acupuncture therapy and treating hypertension with acupuncture therapy and ending with an evaluation of the results of the activities. Indicators of achievement are increasing public knowledge about acupuncture therapy and patient blood pressure within the normal or controlled range.

Keywords : *Hypertension, Acupuncture, complementary*

PENDAHULUAN

Luas wilayah Kabupaten Gianyar adalah 368 Km² atau sekitar 6,53% dari luas wilayah Provinsi Bali. Dengan jumlah penduduk pada tahun 2021 sebesar 523.561 jiwa. Kabupaten Gianyar memiliki 7 Kecamatan, 64 Desa, 6 Kelurahan, 504 Banjar/Dusun, dan 42 Lingkungan. Payangan merupakan kecamatan di kabupaten Gianyar yang paling luas yaitu 75,88 Km² dengan jumlah penduduk sebanyak 44.946 jiwa. Yang terdiri 9 Desa yaitu Desa Melinggih, Desa Kelusa, Desa Buah, Desa Puhu, Desa Kerta, Desa Bukian, Desa Bresela, Desa Buah Kaja, dan Desa Melinggih Kelod (Gianyar, 2022).

Penyakit hipertensi merupakan penyakit kedua dari 10 penyakit terbanyak yang ditemukan di kabupaten Gianyar. Berdasarkan profil kesehatan Kabupaten Gianyar, yang diperoleh dari Unit pelayanan teknis (UPT) terdapat 10.097 kunjungan kasus hipertensi yang ditemukan di Kecamatan Payangan dan merupakan kasus terbanyak di Kabupaten Gianyar. Pada kasus hipertensi di Kecamatan Payangan didominasi oleh penduduk berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 5.251 jiwa (Astiari, 2016; Gianyar, 2022).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan suatu peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg setelah dilakukan dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dengan keadaan tenang (Christiyawati & Purwanto, 2021; Kowalak et al., 2017). Gejala dari penyakit hipertensi adalah penglihatan kabur karena kerusakan retina, nyeri pada kepala, mual muntah yang merupakan akibat meningkatnya tekanan intra kranial, edema dependent, adanya pembengkakan akibat adanya peningkatan kapiler. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi adalah umur, jenis kelamin laki-laki lebih beresiko menderita dibandingkan perempuan, keturunan, obesitas, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, aktivitas fisik, konsumsi garam, dan penyakit peserta seperti diabetes melitus (Hasnah & Dian Ekawati, 2016; Kusuma et al., 2021). Pengobatan pada hipertensi dapat berupa farmakologi dan non farmakologi. Salah satu pengobatan non farmakologi adalah Akupuntur.

Akupuntur merupakan salah satu pengobatan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Akupuntur merupakan salah satu terapi yang dipergunakan untuk upaya pencegahan dan pengendalian terhadap peningkatan tekanan darah. Dalam ilmu akupuntur tekanan darah tinggi merupakan akibat dari adanya

ketidakseimbangan antara Yin dan Yang, karena adanya hiperaktivitas Yang Hati dan Hiperaktivitas Yin Ginjal, adanya cairan serta lembab yang berlebihan. Mekanisme kerja terapi akupunktur dalam menurunkan tekanan darah adalah dengan merangsang titik akupunktur point untuk menghantarkan serta melancarkan Qi dalam upaya menyeimbangkan Yin Yang dalam tubuh (Christiyawati & Purwanto, 2021). Metode penusukan jarum pada akupunktur akan menstimulasi dikeluarkan dan diaktifkannya zat aktif seperti Nitric Oxide (NO) yang merupakan zat vasodilator yang dihasilkan oleh endotel pembuluh darah yang memicu vasodilatasi (Darmawan et al., 2019).

Desa Melinggih merupakan desa binaan dari ITEKES Bali sejak tahun 2022. Desa melinggih memiliki jumlah penduduk sebanyak 7.579 jiwa. Desa Melinggih menduduki posisi pertama dengan jumlah penduduk terbanyak di Kecamatan Payangan menurut badan pusat statistik kabupaten Gianyar tahun 2021(BPS Kabupaten Gianyar, 2021). Pelayanan akupunktur di Desa Melinggih masih sangat terbatas, dikarenakan tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi sebagai akupunktur terapi masih terbatas. Saat ini telah tersedia pelayanan kesehatan integrasi di RS Payangan yang terletak di Desa Melinggih. Terapi Akupunktur merupakan salah satu bagian dari layanan terintegrasi tersebut. Namun sepertinya masih banyak masyarakat yang belum mengetahui layanan ini. Oleh sebab itu kami ingin memberikan edukasi tentang penggunaan terapi akupunktur serta memberikan terapi langsung pada masyarakat dengan hipertensi. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pelayanan terapi akupunktur dan kualitas hidup penderita tekanan darah tinggi dengan terapi akupunktur di Desa Melinggih.



Gambar 1. Kantor Desa/ Kantor Perbekel Melinggih



Gambar 2. Peresmian Layanan Lansia Terintegrasi (LLT) Desa Melinggih

METODE

Sasaran pada kegiatan ini adalah masyarakat yang tinggal di Banjar Sema, Desa Melinggih dengan jumlah peserta sejumlah 41 orang. Peserta yang terlibat dalam kegiatan ini adalah masyarakat dalam yang memiliki hipertensi dan atau memiliki anggota keluarga dengan hipertensi. Adapun tahapan atau langkah-langkah dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh mitra PKM, secara rinci antara lain:

1. Mengajukan permohonan izin untuk melakukan kegiatan PkM
2. Mengajukan proposal kegiatan dan penyamaan persepsi tim PkM dengan Kepala Desa yang saat itu diwakilkan oleh Sekretaris Desa.
3. Menentukan lokasi kegiatan (Banjar Sema)
4. Melakukan koordinasi dengan penanggung jawab kegiatan di Desa (Kader Posyandu lansia)
5. Penyamaan persepsi antara tim PkM dengan Kader Posyandu lansia
6. Menentukan tanggal dan waktu kegiatan
7. Tim PkM menyiapkan Leaflet, perlengkapan Akupuntur, lembar absensi dan konsumsi untuk peserta kegiatan
8. Kegiatan dilakukan pada kegiatan posyandu lansia dengan melakukan pemberian edukasi dan pembagian leaflet kepada peserta
9. Kemudian dilanjutkan dengan pemeriksaan tekanan darah, bagi yang memiliki tekanan darah tinggi diberikan kesempatan untuk mendapatkan terapi akupuntur, jika tidak berkenan dipersilahkan mengikuti kegiatan lainnya yang diadakan oleh Kader.
10. Peserta yang berkenan diberikan terapi akupuntur selama 10-15 menit
11. Setelah terapi akupuntur, pasien diistirahatkan selama 5 menit kemudian dilakukan pemeriksaan tekanan darah kembali.
12. Seluruh hasil pemeriksaan sebelum dan sesudah terapi akupuntur tercatat dalam lembar observasi peserta
13. Pada akhir kegiatan peserta diberikan konsumsi yang telah disiapkan oleh tim.

Adapun alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini sebagai berikut



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam bentuk Edukasi dan Terapi Akupuntur pada Kasus Hipertensi di Banjar Sema, Desa Melinggih, Kec. Payangan, Kab. Gianyar, dilaksanakan dari tanggal 25 September 2023. Kegiatan yang dilaksanakan berupa penyampaian informasi tentang penyakit hipertensi beserta penanganannya di rumah, pemberian Leaflet tentang penanganan hipertensi di rumah dengan *acupressure* (Gambar 3) dan disertai dengan pemberian terapi akupuntur pada peserta yang memiliki hipertensi. Dari penjelasan yang diberikan oleh Tim PkM, peserta menyatakan akan mencoba menerapkan hal tersebut di rumah. Selain itu kami juga mengkaji ulang pemahaman peserta dengan meminta peserta untuk mengulangi teknik akupressur yang telah diajari. Beberapa peserta mampu melakukannya dengan baik, namun ada beberapa peserta yang masih mengalami kebingungan dalam mempraktikkan.



Gambar 3. Pemberian edukasi dan Pemeriksaan tekanan darah

Peserta kegiatan melakukan pemeriksaan tekanan darah dan diberikan kesempatan untuk melakukan terapi akupunktur. Terapi diberikan pada akupunktur point yaitu LI 4 (Hegu), LI 11 (Quchi), ST 36 (Zusanli), dan LV 3 (Taichong) (gambar 4).



Gambar 4. Pemberian terapi akupunktur pada peserta

Setelah dilakukan pemberian terapi akupunktur, pasien akan diberikan waktu untuk beristirahat yang dilanjutkan pemeriksaan tekanan darah ulang, untuk mengetahui apakah ada perubahan terhadap tekanan darah peserta setelah diberikan terapi akupunktur (Gambar 4).



Gambar 5. Pemeriksaan tekanan darah post terapi akupunktur

Berdasarkan hasil analisa bivariat (*Wilcoxon*) dari pemeriksaan tekanan darah pre dan post terapi akupunktur pada 16 peserta dengan riwayat penyakit hipertensi diperoleh hasil *p value* pada tekanan darah sistole $p= 0.001$ sedangkan pada tekanan darah diastole $p= 0.00$ ($p\text{-value} < 0.05$). Berarti terdapat perbedaan yang bermakna tekanan darah peserta sebelum dilakukan akupunktur dengan tekanan darah setelah dilakukan akupunktur (Tabel 1).

Tabel 1. Hasil Uji Perbandingan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Akupunktur

Tekanan Darah	Nilai				<i>p</i>
	Sebelum		Setelah		
	Mean	SD	Mean	SD	
Sistole	169.38	22.73	151.13	16.67	0.001
Diastole	97.81	7.07	80	9.31	0.000

Penusukan pada titik meridian diantaranya titik LI 4 Hegu, LI 11 Quchi, ST 36 Zusanli, LV=LR 3 Taichong karena akupunktur point ini terbukti secara Evidence Based Medicine (EBM) berefek kuratif hampir sama dengan obat antihipertensi reserpine (Wardoyo et al., 2022). Jarum ditusukan pada akupunktur point tersebut selama 10 menit. Penusukan pada titik LV3 (Taichong) menyebabkan penurunan tekanan darah disertai penurunan plasma angiotensin II. Selain itu melalui penusukan atau penjaruman pada titik LV3 (Taichong) dan SP6 (Sanyinjiao) dapat merangsang pengeluaran neurotransmitter terutama serotonin dan norepinefrin sehingga akan berefek pada penurunan tekanan darah. Hal ini menunjukkan bahwa sistem renin angiotensin memegang peranan penting dalam penurunan tekanan darah dengan akupunktur (Hariyanto et al., n.d.). Selain itu secara eksperimental titik ST 36 terbukti dapat menurunkan tekanan darah dan meningkatkan aktivitas NO/NOS yang berperan pada relaksasi otot polos pembuluh darah. Hal ini sejalan dengan penelitian akupunktur yang dilakukan oleh Wang dan Tan pada tahun 2003 yang dilakukan pada tikus dengan hipertensi renal. Ditemukan bahwa akupunktur pada titik ST 36 Zusanli dan BL 23 Shenshu secara signifikan menurunkan tekanan darah disertai penurunan signifikan pada ET plasma dan meningkatkan NO plasma (Darmawan et al., 2019; Hasnah & Dian Ekawati, 2016). Selain itu, penusukan jarum pada titik zusanli akan merangsang saraf parasimpatis dan akan menimbulkan efek pelebaran pembuluh darah dan memperlambat denyut jantung sehingga terjadinya penurunan tekanan darah (Yoriko et al., 2023). Hal ini ditunjang dengan terdapat selisih rerata penurunan tekanan darah sistolik sebelum dan setelah dilakukan terapi akupunktur sebesar 18.25 mmHg. Sedangkan, selisih rerata penurunan tekanan darah diastolik sebelum dan setelah dilakukan terapi akupunktur sebesar 17.81mmHg. Terapi akupunktur dapat mengharmonisasikan aliran qi dan darah sehingga akan merelaksasikan spasme dan menurunkan tekanan darah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan yang dilakukan didapatkan kesimpulan terjadinya peningkatan edukasi Masyarakat Banjar Sema Desa Melinggih tentang penanganan hipertensi dengan acupressure di rumah dan adanya efektivitas terapi akupunktur pada peserta yang memiliki Riwayat penyakit hipertensi. Serta bertambahnya pengetahuan Masyarakat terhadap terapi non farmakologi yaitu akupunktur dalam penanganan hipertensi. Dengan adanya PkM ini diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penanganan hipertensi di rumah dan penggunaan terapi akupunktur. Perlunya peningkatan kegiatan penyuluhan edukasi dan pemberian terapi farmakologi dan non farmakologi secara berkala pada penderita hipertensi baik yang terkontrol maupun tidak terkontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Astiari, N. P. T. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Laki-laki Dewasa di Puskesmas Payang. *Kecamatan Payangan Kabupaten Gianyar*, 6, 14–21.
- BPS Kabupaten Gianyar. (2021). *Kecamatan Payangan Dalam Angka 2021*.

- Christiyawati, M. D., & Purwanto, P. (2021). Terapi Akupunktur dan Pola Hidup Sehat untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnalempathy Com*, 13–20. <https://doi.org/10.37341/jurnalempathy.v2i1.31>
- Darmawan, A., Berawi, K. N., & Wahyudo, R. (2019). Efektifitas Terapi Akupunktur terhadap Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Dan Agromedisin*, 6(2).
- Gianyar, D. K. K. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Gianyar Tahun 2021*. <https://diskes.baliprov.go.id/download/profil-kesehatan-gianyar-2021/>
- Hariyanto, S., Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang Tromol Pos Rejoso Peterongan Jombang, F. X., & Timur Kode, J. (n.d.). *Pengaruh Terapi Akupunktur Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Panti Werdha Mojopahit Mojokerto*.
- Hasnah, & Dian Ekawati. (2016). Pengaruh Terapi Akupunktur pada Pasien Hipertensi di Balai Kesehatan Tradisional Masyarakat Makassar. *Journal of Islamic Nursing*, 1(1), 41–46.
- Kowalak, J. P., Welsh, W., & Mayer, B. (2017). Buku Ajar Patofisiologi. *Jakarta: Egc*, 138.
- Kusuma, W., Tiranda, Y., IKesT Muhammadiyah Palembang, M., Selatan, S., & Muhammadiyah Palembang, Ik. (2021). TERAPI KOMPLEMENTER YANG BERPENGARUH TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI DI INDONESIA: LITERATURE REVIEW. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (JKM)* (Vol. 1, Issue 2).
- Wardoyo, S. H., Sumanto, S., & Badri, S. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dan Pelayanan Akupunktur pada Kasus Hipertensi bagi Lansia. *Educate: Journal of Community Service in Education*, 2(2), 77–81.
- Yoriko, V., Firmansyah, M. R., & Afriyani, R. (2023). Pengaruh Terapi Akupuntur terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Rumah Sehat Ibnu Sina Palembang. *Jurnal Kesehatan: Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, 13(1), 56–64.