# TEMPLATEJURNAL NUR ALIZAH (1).pdf

*by* Hag night

**Submission date:** 16-Sep-2024 06:55PM (UTC+0100)
**Submission ID:** 236398603
**File name:** TEMPLATEJURNAL_NUR_ALIZAH_1_.pdf (581.63K)
**Word count:** 4250
**Character count:** 26737

*Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*
*Vol. .... No.... ...20....*
*e-issn : 2622-0148, p-issn : 2087-0035*

# IMPLEMENTASI DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA NYAMAN NYERI KEPALA DALAM PEMBERIAN TERAPI AKUPRESUR PADA PASIEN HIPETENSI

*Implementation of Headache Comfort in Providing Acupressure Therapy to Hypertension Patients in Kassi-Kassi Community Health Center.*

**NUR ALIZAH**
Poltekkes Kemenkes Makassar
Nurindayani538@gmail.com/ 082217509299

*ABSTRACT*

*Nur Alizah: Implementation of Headache Comfort in Providing Acupressure Therapy to Hypertension Patients in Kassi-Kassi Community Health Center.*

*Acupressure is one of the non-pharmacological therapies that can lower blood pressure in hypertensive patients, hypertension in Indonesia is 44.1% and the mortality rate of hypertension is 34.1%. Hypertension data at Kassi-Kassi Community Health Center is 1911 cases. This study aimed to determine the effectiveness of acupressure on the pain scale in hypertensive patients. The type of research used was descriptive case study research, the study was conducted to explore nursing problems in hypertensive patients by providing acupressure therapy with a sample of 1 respondent diagnosed with hypertension. The results showed that there was a change in pain score between before and after acupressure therapy intervention was given. Acupressure has several functions related to body health, namely reducing acute and chronic pain. Pain is caused by an imbalance in circulation in the body. Acupressure balances circulation in the body to relieve pain and treat disease. This study is recommended for health promotion actions to be carried out on families and patients so that they can routinely measure blood pressure and carry out alternative treatments with acupressure therapy to reduce.*

***Keywords*** *: Acupressure, Headache, hypertension*

**ABSTRAK**

Akupresur merupakan salah satu terapi nonfarmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, hipertensi diindonesia terdapat sebesar44,1% dan angka kematian hipertensi sebanyak 34,1%. Data hipertensi dipuskesmas kassi-kassi sebanyak 1911 kasus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas akupresur terhadap skala nyeri pada pasien hipertensi. Jenis penelitian yang di gunakan adalah penelitian studi kasus deskriptif, penelitian di lakukan untuk mengeksplorasi masalah keperawatan pada pasien hipertensi dengan pemberian terapi akupresur dengan sampel 1 responden yang terdiagnosa hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan skor nyeri antara sebelum dengan setelah diberikan intervensi terapi akupresur. Akupresur mempunyai beberapa fungsi yang berkaitan dengan kesehatan tubuh, yaitu adalah pengurangan nyeri akut dan kronis. Nyeri diakibatkan oleh ketidakseimbangan sirkulasi pada tubuh. Akupresur menyeimbangkan sirkulasi dalam tubuh untuk menghilangkan rasa sakit dan mengobati penyakit. Penelitian ini di rekomendasikan untuk dilakukannya tindakan promosi kesehatan pada keluarga dan pasien agar dapat melakukan pengukuran tekanan darah secara rutin serta melakukan pengobatan alternative dengan terapi akupresur untuk mengurangi keluhan nyeri kepala dan akibat hipertensi.

Kata kunci : Akupresur, Nyeri Kepala, Hipertensi

## PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pembuluh darah 140l mmHg ataul tekanan darah diastolikl lebih daril 90 mmHgl ( biasanya 120/80 mmhg ) peningkatan tekanan darah ini merupakan tanda adanya gangguan kesehatan yang dialami seseorang. Pengalaman penyebab hipertensi salah satunya karena factor lingkungan seperti stress, hal ini mempengaruhi perkembangannya hipertensi berkaitandengan stress dan hipertensi melalui keaktifan saraf simpatif. jaringan simpatif merupakan saraf yang beraksi Ketika kita beraktivitas. aktivitas saraf simpatif meningkat secara berkala ( tidak teratur) dapat meningkatkan tekanan darah. Stress yang berkepanjangan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi terus-menerus (Darah et al., 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), salah satu kematian utama di dunia pada

tahun 2019 ialah hipertensi. Pada tahun 2020 Hipertensiyang berdampak pada sekitar 1,56 miliar orang dan membunuh sekitarl 8 miliarl orang dil seluruh dunialtiap tahunnya terkait sekitarl 1,5l juta orangl di asial tenggara, tekananl darah tinggil memengaruhi kurang lebihl sepertiga populasi di asia tenggara.(Rachman et al., 2022).

Berdasarkan survei kesehatan dasar Riskesdas, jumlah keseluruhan hipertensi diindonesia adalah 25,8% dan naik menjadi 34,1% pada tahun 2018 survey kesehatan dasar Riskesdas Provinsi Sulawesi utara mempunyai masalah tekanan darerah tertinggi yakni sebesar 13.2 persen Dan provinsi papua merupakan provinsi terendah diindonesia sebesar 4,4 peresen Sedangkan provinsi lampung menempati urutan ke-21 prevalensi hipertensi menurut dokter. (Rachman et al., 2022).

Menurut American heart ( AHA) tahun2018 jumlah hipertensi meningkat dengan bertambahnya usia, sejak pada usia 20 dan mencapai puncaknya pada usia 70 an ke atas angka kejadian hipertensi tertinggi terjadi pada lansia yaiti 45,3% pada usia 55-64 pada usia 56-74 tahun, 69,5% menurut kementrian kesehatan sumut (2018), jumlah hipertensi di sumut sebesar 29,19% atau sebanyak 41,131 jiwa, dengan jumlah tertinggi di kota medan sebesar 25,21% atau 7.107 jiwa dari seluruh penduduk Medan, menurut badan penelitian dan pengembangan kementrian kesehatan hipertensi di provinsi sumut menjangkau 6,7% di beberapa rakyat sumut. Beberapa rakyat di sumut yang terkena tekanan darah tinggi semakin banyak, 12,42 jutaan korban tersiar dari berbagai wilayah. (Rachman et al., 2022).Menurut American heart ( AHA) tahun2018 jumlah hipertensi meningkat dengan bertambahnya usia, sejak pada usia 20 dan mencapai puncaknya pada usia 70 an ke atas angka kejadian hipertensi tertinggi terjadi pada lansia yaiti 45,3% pada usia 55-64 pada usia 56-74 tahun, 69,5% menurut kementrian kesehatan sumut (2018), jumlah hipertensi di sumut sebesar 29,19% atau sebanyak 41,131 jiwa, dengan jumlah tertinggi di kota medan sebesar 25,21% atau 7.107 jiwa dari seluruh penduduk Medan, menurut badan penelitian dan pengembangan kementrian kesehatan hipertensi di provinsi sumut menjangkau 6,7% di beberapa rakyat sumut. Beberapa rakyat di sumut yang terkena tekanan darah tinggi semakin banyak, 12,42 jutaan korban tersiar dari berbagai wilayah. (Rachman et al., 2022).

Berdasarkan data Pemerintah/Kota Tahun 2020 dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, frekuensi kasus hipertensi tertinggi terdapat di Kota Makassar (290.247 kasus) dan terendah di Kabupaten Barru (1.500 kasus).Berdasarkan data Pemerintah/Kota Tahun 2020 dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, frekuensi kasus hipertensi tertinggi terdapat di Kota Makassar (290.247 kasus) dan terendah di Kabupaten Barru (1.500 kasus).

Secara umum hipertensi sangat umum terjadi pada orang lanjut usia, Namun, hal ini tidak mencegah remaja mengalami pendarahan. Pada remaja dan dewasa muda.antara usia 15 dan 25 tahun, prevalensi hipertensi adalah satu dari sepuluh. Dalam penelitian Kin (2016), prevalensi prahipertensi Dan tekanan darah pada usia muda (20-30 tahun) sebesar 45,2% (13). Anemia sudah menjadi penyakit keturunan dan diturunkan dari anggota keluarga yang terkena hipertensi (14). Risiko hipertensi terus meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, pola makan yang buruk, dan stres psikologis. Tekanan darah tinggi terus menjadi masalah kesehatan masyarakat dan akan meningkat jika tidak ditangani tepat waktu. (Akbar & Budi Santoso, 2020).

Akupresur ialah teknik tradisional yang dapat digunakan dengan jari maupun alat tumpul untuk merangsang titik-titik akupunktur tertentu di permukaan tubuh untuk mencapai kebugaran dan membantu mengatasi gangguan kesehatan.(Li et al., 2020).

Terapi ini dapat memeriksa tingkat kenyamanan melalui sentuhan, menggunakan jari untuk memeriksa area sensitif yang memerlukan perhatian, menentukan titik-titik untuk melakukan akupresur, merangsang titik akupuntur dengan kekuatan yang cukup dengan jari atau ibu jari dan mendorong pasien untuk melakukan relaksasi total. Akupresur, atau teknik menekan titik-titik tertentu pada tubuh, merupakan sebuah gerakan Non farmakologis, Ini efektif dan aman karena tidak melibatkan prosedur invasif atau merusak kulit pasien. (Li et al., 2020).

Akupresur mempunyai beberapa fungsi yang berkaitan dengan kesehatan tubuh, yaitu adalah pengurangan nyeri akut dan kronis. Nyeri diakibatkan oleh ketidakseimbangan sirkulasi pada tubuh. Akupresur menyeimbangkan sirkulasi dalam tubuh untuk menghilangkan rasa sakit dan mengobati penyakit(Anisa et al., 2022).

Karena itu, peneliti ingin mengetahui lebih dalam bagaimana cara mengurangi rasa sakit kepala pada penderita darah tinggi dengan metode akupresur.

38

## METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan studi kasus deskriptif untuk mengeksplorasi secara mendalam isu-isu keperawatan yang dihadapi oleh pasien hipertensi yang diberikan intervensi terapi akupresur. Kegiatan pengumpulan data dilaksanakan secara intensif selama tiga hari berturut-turut, yakni pada tanggal 28, 29, dan 30 Mei 2024.

Populasi pada penerapan ini adalah pasien hipertensi yang sudah lama control di puskesmas kassi-kassi kota Makassar, sampel pada penerapan

ini berjumlah 1 orang yang di pilih melalui data yang di dapatkan dari puskesmas kassi-kassi. Pengelolaan data menggunakan wawancara, observasi, hingga evalasi.

**Jumlah dan cara pengambilan subjek**

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif dengan subjek tunggal, yaitu seorang pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam proses pemberian terapi akupresur pada pasien tersebut. Data dikumpulkan menggunakan berbagai alat ukur, termasuk tensimeter, lembar observasi, dan pedoman wawancara yang terdiri dari 11 pertanyaan terbuka. Intervensi yang diberikan berupa pijat akupresur pada 6 titik refleksi selama 10-30 menit. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kassi-Kassi, Kota Makassar.

**HASIL**

Bab ini menyajikan hasil dan analisis terkait penerapan terapi akupresur dalam mengelola nyeri kepala pada pasien hipertensi. Penelitian studi kasus ini dilakukan pada seorang pasien di Puskesmas Kassi-Kassi, Makassar pada Mei 2024. Tujuan penelitian adalah untuk memahami bagaimana terapi akupresur dapat meningkatkan kenyamanan pasien selama perawatan.

**1. Gambaran implementasi terapi akupresur untuk penyembuhan nyeri kepala pada pasien hipertensi**

Berdasarkan hasil observasi selama 3 hari, implementasi rasa nyaman nyeri kepala dalam pemberian terapi akupresur pada paien hipertensi di Pskesmas Kassi-kassi Kota Makassar telah dilakukan sesuai dengan pedoman yang telah ditetapkan oleh pskesmas hal ini dibuktikan dengan:

a. Sebelum memberikan terapi akupresur, perawat telah melakukan pengkajian komprehensif terhadap kondisi pasien, termasuk riwayat kesehatan dan faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri kepala. Berdasarkan hasil pengkajian ini, rencana perawatan yang individual telah disusun.

b. peneliti telah melaksanakan terapi akupresur dengan teknik yang benar dan sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP). Perawat juga memberikan edukasi kepada pasien tentang manfaat dan cara melakukan terapi akupresur di rumah.

c. telah melakukan evaluasi secara berkala terhadap respon pasien terhadap terapi akupresur. Evaluasi dilakukan dengan menanyakan kepada pasien tentang intensitas nyeri kepala, rasa nyaman, dan efek samping yang dirasakan.

**2. Kondisi Pasien hipertensi dengan nyeri kepala sebelum dilakukan terapi akupresur**

Berdasarkan hasil wawancara, penerapan terapi akupresur pada pasien hipertensi dengan nyeri kepala, Informan bernama Ny. N bermur 53 Tahun, beragama islam, beralamat di jl. Tidung 7 STP 1 No.33 ( Mappala ),Kota Makassar, Bekerja sebagai Ibu Rumah tangga. Saat Ini Ny. N , Adapun hasil wawancara dengan informan sebagai berikut :

Peneliti: berapakah tekanan darah yang pernah ibu alami, ?

Responden *: pemah naik tekanan darahku dulu sus 190/100 di situ sakit sakit sekali kepalaku di dahi sama di belakang kepalaku suster*

Peneliti: apakah ibu memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi ?

Responden *: iye betul sus orang tuaku ada riwayat hipertensinya*

Peneliti : apa yang ibu lakukan bila mengetahui tekanan darah tinggi?

Responden: *minumja obat sus yang na kasika dokter kalau pergi konsul.*

Peneliti: bagaimana pola makan ibu sehari-hari ?,

Responden: *sebelumka na kena tekanan darah tinggi seringka memang mengomsumsi makanan sama minuman yang tinggi garam sus, tapi setelah saya tau ada riwayat hipertensiku mulaima kurangi itu garam kalau memasakka dan na anjurkanka dokter makan buah-buahan juga sus.*

Peneliti: apa upaya ibu untuk mengenalikan/ menurunkan tekanan darah yang tinggi,?

Responden*: pergika berobat di puskesmas sus*

Peneliti: apakah ibu memiliki stres dalam kehidupan sehari-hari,?

Responden: *tidak adaji ku piker sus yang na bikinka stress*

Peneliti apakah ibu mengomsumsi obat-obatan tertentu secara teratur,?

Responden: *minumja obat sus yang di resepkan sama dokter*

Peneliti: Coba ibu sebutkan kira-kira jika di skalakan dari angka 10 sampaia angka 1 kira-kira nyeri yang ibu rasakan berada di angka berapa?

Responden*: angka 6 sus karna masih nyeri sedangji ini kepalaku*

Peneliti : bagaimana pola tidur ibu jika mengalami nyeri kepala?

Responden: *sakit kepalaku ini na gang tidurku tidak bisak tidur biasa sus kalau malam dan sulitka juga beraktivitas karna sakitnya kepalaku.*

Berdasarkan hasil wawancara diatas responden sebelumnya perrnah mengalami hipertensi yaitu 190/100 pada saat itu pasien merasakan sakit kepala di dahi dan di belakang kepala , kedua orang tua responden memiliki riwayat hipertesi, responden juga sebelumnya sudah memiliki kebiasaan mengomsumsi makanan yang tinggi garam dan makan makanan berlemak, hal ini mengakibatkan responden sulit untuk tidur dan beraktivitas.

3.**Hasil implementasi Nyeri Kepala untuk penyembuhan nyeri kepala pada pasien hipertensi.**

Berdasarkan hasil pengamatan, terapi akupresur memberikan dampak positif pada pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala. Pasien melaporkan penurunan skala nyeri yang signifikan, serta merasakan kenyamanan yang lebih baik setelah menjalani terapi. Hal ini mengindikasikan bahwa terapi akupresur efektif dalam mengatasi keluhan nyeri kepala yaitu:

a. Penurunan intensitas Nyeri

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, dapat disimpulkan bahwa terapi akupresur efektif dalam mengurangi intensitas nyeri kepala pasien. Skala nyeri pasien yang awalnya berada pada tingkat tinggi (skala 6) berhasil diturunkan menjadi tingkat rendah (skala 3) setelah menjalani terapi.b. Peningkatan rasa nyaman

Pasien merasa lebih nyaman dan nyeri yang dirasakan mulai berkurang, tengkuk sudah tidak tegang lebih tenang,lagi setelah diberikan terapi akupresur. Hal ini dibuktikan dengan hasil observasi dan wawancara dengan pasien.

c. Kepuasan pasien

Pasien memberikan respon positif terhadap terapi akupresur dan merasa puas dengan hasil yang diperoleh. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara dengan pasien.

Berikut ini hasil Tabel sebelum dan sesudah dilakukan terapi akupresur :

| No | Nama | Hari/Tgl | Skala Nyeri Sebelum Akupresur | Sesudah Akpresur |
|---|---|---|---|---|
| 1. | Ny. N | Selasa 28/06/2024 | Skala | 6 Skala 5 |
| 2. | Ny. N | Rabu 29/06/2024 | Skala | 5 Skala 3 |
| 3. | Ny. N | Kamis 30/06/2024 | Skala | 3 |

**4. Hasil Implementasi Tekanan darah Sebelum Dan setelah dilakukan terapi akupresur**

Berdasarkan hasil observasi penerapan terapi Akupresur yang dilakukan sebanyak tiga hari berturut-turut. Hasil evalasi tekanan darah pada ketiga hari tersebut adalah sebagai berikut:

**Tabel 1 Evaluasi Tekanan darah**

| NO | Hari/tanggal | responden | TDS | TDD |
|---|---|---|---|---|
| 1. | Sealasa,28 mei 2024 | Ny.N | 160 | 90 |
| 2. | Rabu 29 mei 2024 | Ny.N | 140 | 90 |
| 3. | Kamis 30 Mei 2024 | Ny.N | 130 | 80 |

| **Perubahan Rata-rata tekanan darah setelah 3 hari** | **Catatan perubahan kondisi pasien selama 3 hari penelitian** |
|---|---|
| TDS : (13,33)<br><br>TDD : (3,33) | Setelah dilakukan pemberian terapi akuupresur selama 3 hari terdapat adanya penurunan tekanan darah pada tuan Ny..N dengan rata-rata perubahan tekanan darah sistole 13,33 dan diastole s3,33.<br>Ny.N Nyeri kepala yang dirasakan sudah berkrang setelah diberikan terapi akupresur |
| | Ny. N mengatakan sudah dapat beraktifitas dengan baik dan sudah tidak terjaga di malam hari setelah diberikan terapi akupresur |
| | Ny. N mengatakan sudah dapat beraktifitas dengan baik dan sudah tidak terjaga di malam hari setelah diberikan terapi akupresur |

**5. Kondisi pasien hipertensi dengan nyeri kepala setelah dilakukan terapi akupresur**

Berdasarkan hasil wawancara, pasien yang dilakukan terapi akupresur umumnya merasa lebih baik dan lebih cepat pulih. Pasien merasa lebih tenang dan nyaman, dan rasa nyerinya berkurang. Pasien juga merasa lebih percaya diri untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Hal ini dibuktikan dengan:

Informan bernama Ny. N bermur 53 Tahun, beragama islam, beralamat di jl. Tidung 7 STP 1 No.33 ( Mappala ),Kota Makassar, Bekerja sebagai Ibu Rumah tangga. Saat Ini Ny. N stelah dilakukan Terapi Akupresur , Adapun hasil wawancara dengan informan sebagai berikut :

Peneliti: Bagaimana perasaan Ibu setelah dilakukan terapi Akpresur?

Responden: *agak berkurangmi sus sakitnya kepalaku setelah di terapika, masih adaji sedikit nyerinya tapi tidak terlalumi kaya sebelumka di terapi agak baikanmi kurasa dan nyamanma setelah di terapika sus, ternyata baek sekali ini terapi karna bisai na kurangi sakit kepalata ka sebelmnya itu sakit sekali kepalaku tapi setelahka di terapi 3 hari ini na agak baekanmi kurasa, mau ku coba lagi sus kalau sakit lagi kepalaku,*

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi akupresur dapat membantu mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi dengan cara meningkatkan sirkulasi darah. Selama tiga hari terapi, pasien melaporkan penurunan signifikan pada skala nyeri dan keluhan leher kaku. Hal ini sejalan dengan tujuan penelitian yang ingin melihat perbaikan kondisi pasien setelah menjalani terapi akupresur. (Anisa et al., 2022).

Salah satu keluhan umum penderita hipertensi adalah nyeri kepala. Akupresur, sebagai salah satu terapi alternatif, bekerja dengan cara merangsang titik-titik tertentu pada tubuh untuk meningkatkan aliran darah dan mengurangi ketegangan otot. Dengan demikian, akupresur dapat membantu meredakan nyeri kepala dan meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi. (Haryani & Misniarti, 2020)

Akupresur, sebuah teknik pijat yang menekan titik-titik tertentu pada tubuh, terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan dan nyeri pada pasien yang menggunakan ventilator. Dengan merangsang titik-titik akupunktur, akupresur dapat meningkatkan sirkulasi energi dan meredakan ketegangan otot, sehingga membantu pasien merasa lebih rileks dan nyaman..

Dalam melakukan implementasi ini, peneliti menemukan bahwa informan mengalami penyembuhan nyeri pada area kepala setelah dilakukan terapi akupresur. Dimana setelah dilakukan observasi terapi akupresur dan penyembuhan nyeri kepala, informan mampu melakukan terapi akupresur dengan baik sesuai dengan tahapan terapi akupresur dan tampak adanya proses penyembuhan nyeri yang dimana pada area kepala, nyeri berkurang, tengkuk terasa ringan, aktivitas tidak terganggu, tekanan darah menurun

terapi akupresur. Pada respoden tampak memahami manfaat terapi penekanan dan adanya penurnan tekanan darah pada yang cukup signifikan setelah diberikan terapi akupresur dikarenakan pemberian terapi akupresur pada pasien akan menimbulkan rasa rileks serta serta melakukan penekanan Terapi akupresur dapat meredakan kecemasan dan menurunkan indikator fisiologis kecemasan pada pasien yang mendapat ventilasi mekanis dan dukungan nyeri. Akupresur (pijat) merupakan suatu metode pengobatan penyakit dengan cara memijat bagian tubuh tertentu untuk mengaktifkan sirkulasi energi. Akupresur disebut juga akupunktur tanpa jarum karena tekniknya melibatkan penekanan titik-titik tertentu dengan jari. Akupresur merupakan terapi komplementer yang menggunakan jari dan tangan untuk merangsang titik akupunktur. Akupresur mengurangi rasa sakit dan nyeri pada seseorang. Prinsip akupresur adalah menghilangkan hambatan, merevitalisasi dan membantu memulihkan kesehatan. Selain itu, Akupresur dapat merangsang hormon endokrin yang mengurangi sakit kepala.

Dalam melakukan implementasi ini, peneliti menemukan bahwa informan mengalami penyembuhan nyeri pada area kepala setelah dilakukan terapi akupresur. Dimana setelah dilakukan observasi terapi akupresur dan penyembuhan nyeri kepala, informan mampu melakukan terapi akupresur dengan baik sesuai dengan tahapan terapi akupresur dan tampak adanya proses penyembuhan nyeri yang dimana pada area kepala, nyeri berkurang, tengkuk terasa ringan, aktivitas tidak terganggu, tekanan darah menurun

terapi akupresur terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah responden. Dengan merangsang titik-titik akupresur, terapi ini membantu tubuh rileks, meningkatkan sirkulasi darah, dan pada akhirnya menurunkan tekanan darah. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas akupresur dalam mengontrol tekanan darah pada lansia.

Menurut penelitian Ratnasari dkk. (2022), terapi akupresur bekerja dengan cara merangsang titik-titik tertentu pada tubuh untuk memicu vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah). Hal ini meningkatkan aliran darah dan oksigen ke seluruh tubuh, sehingga mengurangi tekanan pada pembuluh darah dan meredakan nyeri kepala. Selain itu, pelepasan endorfin akibat stimulasi akupresur juga memberikan efek relaksasi yang dapat menurunkan tekanan darah..(Rahayu et al., 2023).

Berdasarkan penelitian Sudarman dkk. (2020), terapi akupresur bekerja dengan cara merangsang saraf di kulit, yang kemudian mengirimkan sinyal ke otak. Sinyal ini memicu pelepasan endorfin, sebuah hormon yang memiliki efek relaksasi. Peningkatan kadar endorfin akan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, yang berperan dalam menurunkan tekanan darah dan detak jantung. (Sudarman et al., 2020).

Menurut penelitian, merangsang titik akupresur Taichong dapat membantu menurunkan tekanan darah dengan menyeimbangkan aliran energi dalam tubuh. Selain itu, pijatan pada titik GB 20 dapat meredakan nyeri kepala dengan mengurangi ketegangan otot di sekitar kepala dan leher. Efek relaksasi dari akupresur ini dapat membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. (Sudarman et al., 2020).

Pijatan pada titik akupresur Taichong dapat meningkatkan fungsi hati dan melancarkan aliran energi dalam tubuh, sehingga membantu menurunkan tekanan darah. Selain itu, memijat titik GB 20 dapat meredakan nyeri kepala dengan mengurangi

ketegangan otot di sekitar kepala dan leher. Akupresur bekerja dengan merangsang titik-titik tertentu pada tubuh untuk memicu respons relaksasi dan mengurangi rasa sakit. (Cita & Jefry, n.d.).

Hasil pada kegiatan ini, yaitu adanya peningkatan pengetahuan mengenai hipertensi dan menurunkan tingkat nyeri serta pengobatan hipertensi secara nonfarmakologi yaitu dengan pemijatan pada titik-titik akupresur dan merasakan hasil dari interveni yang yaitu penurunan tekanan darah dan penurunan tingkat nyeri (Sumarni, 2024).

**KESIMPULAN**

Dari penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kassi-kassi Makassar, ditemukan bukti kuat bahwa terapi akupresur dapat menjadi alternatif pengobatan yang efektif untuk meredakan nyeri kepala pada pasien hipertensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan memberikan terapi akupresur, tingkat kenyamanan pasien dapat ditingkatkan secara signifikan yaitu :

1.Melalui penerapan asuhan keperawatan yang tepat, terapi akupresur telah berhasil memberikan kenyamanan pada pasien hipertensi dengan mengurangi intensitas nyeri kepala.

2. Hasil pelaksanaantindakan keperawatan menunjukkan bahwa terapi akupresur merupakan intervensi yang efektif dalam meredakan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

3. Setelah diberikan terapi Akupresr mengalami penurunan intensitas nyeri kepala dan merasa lebih nyaman. Pasien juga tidak mengalami efek samping yang berarti.
4. Pasien memberikan respon positif terhadap terapi akupresur dan merasa puas dengan hasil yang diperoleh. Pasien merasa nyeri kepalanya berkurang dan merasa lebih nyaman setelah diberikan terapi akupresur. Pasien juga bersedia untuk mengikuti terapi akupresur kembali jika nyeri kepalanya kambuh.

**SARAN**

1. Temuan penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar bagi mahasiswa DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif, khususnya dalam menerapkan terapi akupresur untuk meredakan nyeri kepala pada pasien hipertensi."
2. Bagi Puskesmas
   Penelitian ini diharapkan dapat mendorong upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, terutama lansia, akan pentingnya menjaga pola makan dan gaya hidup sehat dalam mencegah dan mengelola hipertensi."
3. Bagi Pasien
   Diharapkan pasien mampu menerapkan terapi akupresur untuk mengurangi nyeri kepala seperti yang telahdiajarkan.
4. Bagi Masyarakat
   Di harapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat kepadamasyarakat tentang pentingnya melakukan terapi akupresur untuk menurunkan nyeri kepala pada pasienhipertensi.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Dengan penuh syukur, penulis panjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala nikmat yang telah diberikan, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, Nur Indayani dan Muh. Asri, serta seluruh keluarga besar yang selalu memberikan kasih sayang dan semangat yang tak pernah putus

Penulis ingin menyampaikan apresiasi yang tinggi kepada pihak Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar atas dukungan dan kerjasama yang diberikan selama proses penelitian. Tidak kalah pentingnya, ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Universitas Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah menyediakan fasilitas dan sumber daya yang memadai sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Alfi Syahar Yakub selaku pembimbing utama dan Bapak Nasrullah selaku pembimbing pendamping yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, arahan, masukan, dan kritik yang sangat berharga selama proses penelitian ini. Tanpa bimbingan beliau, penulis tidak akan dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Junaidi selaku ketua penguji dan Bapak Dr. Ismail selaku anggota penguji yang telah bersedia menjadi penguji dan memberikan masukan yang sangat bermanfaat bagi penyempurnaan laporan ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

Akbar, H., & Budi Santoso, E. (2020). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat (Studi Kasus Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow). Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 3(1), 12–19. https://doi.org/10.56338/mppki.v3i1.1013

Anisa, A. N., Sari, M., & Yani, S. (2022). Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Nyeri Kepala Dengan Pemberian Terapi Akupresur Pada Lansia Yang Mengalami Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu. Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia, 1(5), 49–56. http://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/242/165

Ayu, R., & Soesanto, E. (2022). Penerapan Teori Headache Impact Test ( HIT ) dengan Terapi Acupressure Menurunkan Nyeri Kepala pada Pasien Hipertensi. Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan, 8(1), 21–25. http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/jnm

Cita, E. E., Supriyadi, & Ka'arayeno, A. J. (2022). Pembeerdayaan Masyarakat Dengan Akupresur Mandiri Untuk Mengatasi Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK), 2(4), 7–14.

Darah, T., Penderita, P., & Di, H. (2023). PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENURUNKAN Informasi Artikel Abstrak. 1(2), 178–185.

Eny Astuti, Mahayati, L., & Artini, B. (2014). Pengaruh fisioterapi Kepala (massage kepala) terhadap penurunan nyeri kepala pada klien hipertensi di Rumah Sakit William Booth Surabaya. Jurnal Keperawatan, 3(2), 7. http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/d3kep/article/view/10

Istyawati, P., Prastiani, D. B., & Rakhman, A. (2020). Efektifitas Slow Stroke Back Massage (Ssbm) Dalam Menurunkan Skala Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Mitra Siaga Tegal. Coping: Community of Publishing in Nursing, 8(2), 207. https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i02.p14

Li, H. H. H. B., Zhang, F. F., Werf, W. Van Der, Sakai, H., Murphy, J., Riley, J. P., BADU-APRAKU, B., HUNTER, R. B., TOLLENAAR, M., Joergensen and Mueller, 1996, Bharati, K., Mohanty, S. R., Singh, D. P., Rao, V. R., Adhya, T. K., Andrews, S. S., Karlen, D. L., Mitchell, J. P., Chen, M. Y., … Zang, H. (2020). 李欣 1,2 李渊 1 任亚鹏 2. Science of the Total Environment, 9(1), 1–10. https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2021.147444%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.soilbio.2021.108211%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.watres.2021.117597%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2021.147016%0Ahttps://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2021.147133%0Ahttps://do

Rachman, C., Purwaningsih, & Gustina, E. (2022). Asuhan Keperawatan Pemenuhan Rasa Nyaman Nyeri Pada Pasien Hipertensi Dengan Tindakan Kompres Hangat Pada Leher Di Rumah Sakit Tk II Putri Hijau Medan Tahun 2022. Jurnal Kesehatan Dan Fisioterapi (Jurnal KeFis), 2, 1–7.

Rasdiyanah. (2022). Mengenal Hipertensi Pada Kelompok Dewasa. UB Press.

Revision, F., Online, A., & Compresses, W. (2018). Hypertension, Pain, Warm Compresses. C.

Setyawan, D., N, & Kusuma, M. A. B. (2020). Pengaruh pemberian kompres hangat pada leher terhadap

penurunan intensitas nyeri kepala pada pasian hipertensi di rsud tugurejo semarang. Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK), 3(2), 1–11. http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/274

Wardani, M. E. S., Dewi, E., & Khasanah, S. (2022). Implementasi Diare pada Pasien Anak dengan Gastroenteritis menggunakan Terapi Komplementer Akupresur. Journal of Management Nursing, 2(1), 158–167. https://doi.org/10.53801/jmn.v2i

# TEMPLATEJURNAL NUR ALIZAH (1).pdf

ORIGINALITY REPORT

| 21% | 20% | 8% | 5% |
|---|---|---|---|
| SIMILARITY INDEX | INTERNET SOURCES | PUBLICATIONS | STUDENT PAPERS |

PRIMARY SOURCES

| | | |
|---|---|---|
| 1 | jurnal.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id<br>Internet Source | 4% |
| 2 | Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan<br>Student Paper | 3% |
| 3 | jurnal.unismuhpalu.ac.id<br>Internet Source | 1% |
| 4 | ejournal.insightpower.org<br>Internet Source | 1% |
| 5 | www.iklancentury.com<br>Internet Source | 1% |
| 6 | ji.unbari.ac.id<br>Internet Source | 1% |
| 7 | repository.stikessaptabakti.ac.id<br>Internet Source | 1% |
| 8 | Mahfuzah Mahfuzah, Alini Alini, Ridha Hidayat. "Pengaruh Teknik Slow Stroke Back Massage (SSBM) terhadap Penurunan Nyeri Kepala dan Tekanan Darah pada Lansia | <1% |

| | | |
|---|---|---|
| | Penderita Hipertensi di Desa Batu Belah Wilayah Kerja Puskesmas Air Tiris Tahun 2022", Jurnal Ners, 2023<br>Publication | |
| 9 | Rahmawati A. Usman, Fadli Syamsuddin, Asni Ayuba. Jurnal Ilmu Kesehatan, 2023<br>Publication | <1 % |
| 10 | es.scribd.com<br>Internet Source | <1 % |
| 11 | Adi Saputra, Sintiya Halisya Pebriani, Tafdhila Tafdhila, Abdul Syafe'i. "Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi", Malahayati Nursing Journal, 2023<br>Publication | <1 % |
| 12 | Iskandar Iskandar, Dewi Sartika, Maqfiratul Afra, Vriska Elvianda. "Pengaruh Terapi BagaPule untuk Mengurangi Nyeri Kepala Lansia dengan Hipertensi", Faletehan Health Journal, 2024<br>Publication | <1 % |
| 13 | eprints.uwhs.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 14 | text-id.123dok.com<br>Internet Source | <1 % |
| 15 | Submitted to Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia | <1 % |

| | | |
|---|---|---|
| | Student Paper | |
| 16 | eprints.undip.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 17 | repository.ub.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 18 | etheses.iainkediri.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 19 | iainpurwokerto.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 20 | lib.ui.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 21 | lp4m.unair.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 22 | repo.poltekkestasikmalaya.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 23 | eprintslib.ummgl.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 24 | journal.um-surabaya.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 25 | www.kafekepo.com<br>Internet Source | <1 % |
| 26 | eprints.umk.ac.id<br>Internet Source | <1 % |
| 27 | eprints.umm.ac.id | |

| | | |
|---|---|---|
| | Internet Source | <1% |
| 28 | eprints.uny.ac.id<br>Internet Source | <1% |
| 29 | opd.bovendigoelkab.go.id<br>Internet Source | <1% |
| 30 | pt.scribd.com<br>Internet Source | <1% |
| 31 | repository.bku.ac.id<br>Internet Source | <1% |
| 32 | www.researchgate.net<br>Internet Source | <1% |
| 33 | dspace.umkt.ac.id<br>Internet Source | <1% |
| 34 | eprints.umpo.ac.id<br>Internet Source | <1% |
| 35 | eprints.ums.ac.id<br>Internet Source | <1% |
| 36 | etheses.uin-malang.ac.id<br>Internet Source | <1% |
| 37 | koarmada2.tnial.mil.id<br>Internet Source | <1% |
| 38 | prosiding.respati.ac.id<br>Internet Source | <1% |

| | | |
|---|---|---|
| 39 | www.journal.ugm.ac.id<br>Internet Source | <1% |
| 40 | www.m.seputarsulawesi.com<br>Internet Source | <1% |
| 41 | www.scribd.com<br>Internet Source | <1% |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Exclude quotes | On | Exclude matches | Off |
| Exclude bibliography | On | | |