

ABSTRAK

PENGARUH TERAPI AKUPRESUR PADA TITIK GB20, LI4, LV3 DENGAN PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

(Studi Dilakukan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Utara Tahun 2026)

I Nyoman Ora Bawa Itiyasa¹, Dewa Putu Arwidiana², Ni Made Nopita Wati³

Email: oraitiyasa30@gmail.com

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas akibat komplikasi kardiovaskular. Terapi akupresur pada titik GB20 (*Fengchi*), LI4 (*Hegu*), dan LV3 (*Taichong*) merupakan salah satu terapi komplementer yang berpotensi membantu menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas III Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Utara. Metode penelitian menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel berjumlah 10 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik menurun dari 152 mmHg menjadi 130 mmHg dan tekanan darah diastolik dari 85 mmHg menjadi 77 mmHg. Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan bermakna pada tekanan darah sistolik ($p=0,004$) dan diastolik ($p=0,005$). Penurunan tekanan darah terjadi karena stimulasi titik akupresur meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis, menimbulkan relaksasi, dan menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah sehingga resistensi perifer menurun. Disimpulkan bahwa terapi akupresur pada titik GB20, LI4, dan LV3 berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dan dapat dipertimbangkan sebagai terapi komplementer dalam pengendalian hipertensi.

Kata kunci: Akupresur, Hipertensi, Tekanan Darah.

ABSTRACT

THE EFFECT OF ACUPRESSURE THERAPY AT POINTS GB20, LI4, LV3 ON BLOOD PRESSURE REDUCTION IN HYPERTENSION PATIENTS

*(Study Conducted in the Work Area of UPTD Puskesmas III, North Denpasar
District Health Office in 2026)*

I Nyoman Ora Bawa Itiyasa¹, Dewa Putu Arwidiana², Ni Made Nopita Wati³
Email: oraitiyasa30@gmail.com

Hypertension is a non-communicable disease that is a major cause of morbidity and mortality due to cardiovascular complications. Acupressure therapy at points GB20 (Fengchi), LI4 (Hegu), and LV3 (Taichong) is one of the complementary therapies that has the potential to help lower blood pressure. The purpose of this study was to analyze the effect of acupressure therapy on reducing blood pressure in hypertension patients in the working area of the UPTD Puskesmas III of the North Denpasar District Health Office. The research method used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. A sample of 10 respondents was selected using a purposive sampling technique. Data analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that the average systolic blood pressure decreased from 152 mmHg to 130 mmHg and diastolic blood pressure from 85 mmHg to 77 mmHg. The Wilcoxon test showed a significant difference in systolic blood pressure ($p = 0.004$) and diastolic blood pressure ($p = 0.005$). The decrease in blood pressure is thought to occur because stimulation of acupressure points increases parasympathetic nervous system activity, induces relaxation, and causes vasodilation of blood vessels, thereby reducing peripheral resistance. It was concluded that acupressure therapy at points GB20, LI4, and LV3 significantly reduced blood pressure in hypertensive patients and can be considered a complementary therapy in hypertension control.

Keywords: *Acupressure, Hypertension, Blood pressure.*