

LAPORAN PENELITIAN
PENGARUH TERAPI AKUPRESUR
TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH
PENDERITA HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS BERBAH
YOGYAKARTA



JOSEPHINE MARGARETHA BONALINA ULI SILALAH

NPM 202023017

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2025

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS BERBAH YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

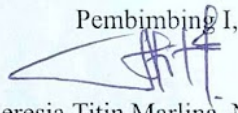
Josephine Margaretha Bonalina Uli Silalahi

NPM 202023017

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Yogyakarta ...*19 Agustus 2025*...

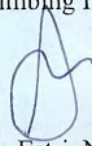
Pembimbing I,



Dr. Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep.

NIK. 200110005

Pembimbing II,



Arimbi Karunia Estri, Ns.,M.Kep.

NIK. 201250003

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Josephine Margaretha Bonalina Uli Silalahi

NIM : 202023017

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian dengan judul:

**“ Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Perubahan Tekanan Darah
Penderita Hipertensi di Prolanis Puskesmas Berbah Yogyakarta”**

Yang telah saya laksanakan selama empat bulan dari tanggal 17 Maret 2025 sampai dengan 10 Juli 2025, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 31 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Josephine Margaretha Bonalina Uli Silalahi

SKRIPSI
PENGARUH TERAPI AKUPRESUR
TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH
PENDERITA HIPERTENSI DI PROLANIS PUSKESMAS BERBAH
YOGYAKARTA

Disusun Oleh :
Josephine Margaretha Bonalina Uli Silalahi
NPM 202023017

Telah dipertahankan dan diuji di depan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan
Pada Tanggal 11 Agustus 2025

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta



Penguji :
Ketua : M.I. Ekatrina Wijayanti, Ns.,MSN

Anggota : 1. Dr. Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep.

2. Arimbi Karunia Estri, Ns.,M.Kep

.....
.....
.....

MOTTO

"Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku."
(Filipi 4:13)

"Karena masa depan sungguh ada, dan harapanmu tidak akan hilang."
(Amsal 23:18)

"Sebab bagi Allah tidak ada yang mustahil."
(Lukas 1:37)

"Karena itu Aku berkata kepadamu: apa saja yang kamu minta dan doakan, percayalah bahwa kamu telah menerimanya, maka hal itu akan diberikan kepadamu."
(Markus 11:24)

"Don't judge your life by someone else's timeline. You're not late; you're on your path."
(Jay Shetty)

"Lambat bukan berarti gagal, berhenti adalah kegagalan yang sesungguhnya."
(Anonim)

"Skripsi bukan soal siapa yang paling pintar, tapi siapa yang paling konsisten."
(Anonim)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat, kasih, dan penyertaan-Nya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Dengan penuh rasa hormat dan kasih yang tulus, karya ini penulis persembahkan kepada :

1. Bapak Tomson Silalahi ; Opung Boru, dan Opung Doli yang telah terlebih dahulu kembali ke pangkuan Allah Bapa di Surga. Meskipun raga telah tiada, kasih sayang dan doa-doa kalian masih hangat terasa hingga kini. Setiap langkah dalam perjalanan ini adalah jejak cinta yang kalian wariskan. Semoga skripsi ini dapat menjadi persembahan kecil untuk cinta besar yang tidak pernah padam oleh waktu dan jarak.
2. Ibu Destiana Lucia Ompusunggu ; Ibu Adriana Eko Purwanti ; Bapak Almard Alfred Ompusunggu yang dengan penuh cinta, kesabaran, pengorbanan, dan ketulusan hati selalu memberikan dukungan, doa, motivasi dan kekuatan yang tak pernah henti sepanjang perjalanan pendidikan penulis.
3. Seluruh keluarga besar atas kasih sayang, perhatian, serta doa yang selalu menyertai
4. Diri sendiri yang telah bertahan melewati segala ragu, lelah, dan titik terendah. Terima kasih telah memilih untuk tidak menyerah. Semoga capaian ini menjadi awal dari langkah-langkah yang lebih besar, dan menjadi pengingat bahwa setiap perjuangan yang dijalani dengan sungguh-sungguh, akan menemukan jalannya.

INTISARI

Nama : Josephine Margaretha Bonalina Uli Silalahi
NIM : 202023017
Judul : Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Prolanis Puskesmas Berbah Yogyakarta
Tanggal Ujian : 11 Agustus 2025
Pembimbing : 1. Dr. Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep.
2. Arimbi Karunia Estri, Ns.,M.Kep.
Jumlah Pustaka : 117 pustaka (tahun 2008 - 2025)
Jumlah Halaman : xiii, 55 halaman, tabel, lampiran

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat menimbulkan komplikasi serius apabila tidak dikendalikan dengan baik. Terapi akupresur merupakan salah satu bentuk intervensi non farmakologis yang digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi yang tergabung dalam Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) di Puskesmas Berbah, Yogyakarta. Desain penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Kriteria inklusi meliputi pasien hipertensi yang tergabung dalam Prolanis dengan pengobatan rutin, sehat secara mental dan fisik, serta bersedia menjadi responden; sedangkan kriteria eksklusi yaitu wanita hamil, penderita penyakit kulit menular, edema, luka terbuka atau fraktur pada area kaki, serta pasien dengan gangguan mental. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 15 responden. Terapi akupresur diberikan pada titik *Taixi* (KI3) dan *Sanyinjiao* (SP6) selama 30 menit per sesi, dua kali dalam satu minggu dengan waktu yang tidak berturut-turut. Hasil uji *paired t-test* menunjukkan bahwa *p-value* sistolik 0.461 dan diastolik 0.63 (*p-value* > 0.05) yang artinya tidak ada pengaruh pemberian akupresur pada tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan bagi penderita hipertensi di Prolanis Puskesmas Berbah. Peneliti menyarankan agar pasien hipertensi tetap konsisten dalam mengontrol tekanan darah melalui pengobatan rutin, menjaga pola makan rendah garam, olahraga teratur, serta dapat melakukan akupresur sebagai terapi tambahan dengan frekuensi dan durasi yang lebih optimal. Perawat diharapkan berperan dalam memberikan edukasi mengenai manajemen hipertensi baik secara farmakologis maupun non-farmakologis, termasuk akupresur sebagai intervensi komplementer, serta mendampingi pasien dalam praktik akupresur sederhana agar dapat dilakukan secara mandiri. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas jumlah sampel, memperpanjang durasi intervensi, serta melibatkan kelompok kontrol. Penelitian berikutnya juga dapat membandingkan titik akupresur yang berbeda atau mengkombinasikannya dengan terapi non-farmakologis lain agar efektivitas intervensi lebih jelas terlihat.

Kata kunci : Hipertensi, Akupresur, Prolanis

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat, kasih, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Prolanis Puskesmas Berbah Yogyakarta”. Penulis berharap dengan adanya skripsi ini dapat menambah wawasan dan gambaran bagi para pembaca maupun bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, dukungan, doa dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis ingin menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Yulia Wardani, MAN selaku ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing 1 dan Ibu Arimbi Karunia Estri, Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan saran yang berharga dalam penyusunan skripsi ini.
3. Kepala Puskesmas Berbah dan Penanggung jawab Prolanis yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian
4. Para pasien hipertensi di Prolanis Puskesmas Berbah yang telah bersedia menjadi responden penelitian

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan guna menyempurnakan penelitian yang akan dilakukan.

Yogyakarta, 10 Agustus 2025