

PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP PERUBAHAN SKOR NYERI KEPALA PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LABANAN

¹I Nyoman Budi Kerti, ²Andy Nuriyanto

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatan, Institut Teknologi Kesehatan & Sains Wiyata Husada Samarinda,

email: inyomanbudi@student.itkeswhs.ac.id

Abstrak

Latar Belakang Nyeri kepala merupakan salah satu gejala yang sering dialami oleh pasien hipertensi. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap perubahan skor nyeri kepala pada pasien lansia hipertensi. **Metode:** penelitian ini menggunakan jenis *quasi Experimental design* menggunakan pendekatan *pretest-posttest kontrol group design*, dengan jumlah sampel sebanyak 48 orang yang terbagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengukuran variabel dilakukan dengan menggunakan kuisioner. **Hasil:** Hasil uji statistik menggunakan uji *wilcoxon* pada skor nyeri kepala lansia hipertensi sebelum dan sesudah terapi akupresur (kelompok intervensi) didapatkan nilai $p < 0,000 < 0,05$ dan terapi farmakologi (kelompok kontrol) dengan nilai $p < 0,001 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi terhadap perubahan skor nyeri kepala. Hasil uji statistik menggunakan uji *Mann Whitney* pada terapi akupresur (kelompok intervensi) dan terapi farmakologi (kelompok kontrol) terhadap perubahan skor nyeri kepala lansia hipertensi) menunjukkan hasil $p < 0,000 < 0,05$ artinya terdapat perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. **Kesimpulan:** terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan terapi akupresur (kelompok intervensi) dan terapi farmakologi (kelompok kontrol) serta terdapat perbedaan antara kelompok terhadap perubahan nyeri kepala pada pasien lansia dengan hipertensi. **Saran:** dengan penelitian ini diharapkan penelitian selanjutnya menggali lebih dalam mengenai alat ukur nyeri kepala pada lansia penderita hipertensi seperti menggunakan alat ukur *McGill Pain Questionnaire* (MPQ).

Keyword: Terapi Akupresur, Nyeri Kepala, Hipertensi.

PENDAHULUAN

Hipertensi dalam bahasa awam disebut sebagai penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan kronis yang ditandai dengan nilai tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik bernilai ≥ 90 . Data dukung global menyebutkan terdapat 982 juta (26,4 %) manusia dunia mengalami penyakit hipertensi, kemungkinan mengalami peningkatan menjadi 29,9% secara global dan 26,5% secara nasional di tahun 2025 mendatang, dan juga menjadi penyebab kematian secara matur pada 9,4 juta manusia setiap tahunnya. Maknanya prevalensi hipertensi global mencapai 13% dari total penyebab kematian sepanjang tahun 2019. Indonesia termasuk negara dalam proses penuaan penduduk (*aging proses*), dengan semakin meningkatnya jumlah penduduk usia 60 tahun atau lebih (*lanjut usia*). Proporsi lanjut usia meningkat dua kali lipat pada kurun waktu 1971-2019, dari 4,5% menjadi 9,6%. Diproyeksikan

penduduk lanjut usia akan mencapai 63,3 juta (19,8%) pada tahun 2045.

Menurut hasil data Riskesdas tahun 2018 pada provinsi Kalimantan Timur, ditemukan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk > 18 tahun adalah (39,30%) dengan jumlah kasus sebanyak 10.935. Angka kejadian hipertensi tertinggi di Kalimantan Timur terjadi pada kelompok usia 55-64 tahun (65,04%), 65-74 tahun (71,59%), dan usia > 75 tahun (80,87%), dimana kabupaten Berau berada pada posisi ke - 6 dengan jumlah 36,69% tertinggi dari 10 kabupaten/kota yang ada.

World Health Organization (WHO) menyebutkan keluhan-keluhan pada penderita hipertensi antara lain sakit kepala, gelisah, jantung berdebar-debar, pusing, penglihatan kabur, rasa sakit di dada, dan mudah lelah. Tidak semua penderita hipertensi merasakan gejala sehingga hipertensi sering disebut sebagai pembunuh diam-diam, gejala yang dirasakan

bervariatif mulai ringan hingga berat dimana beberapa faktor dapat memengaruhi terhadap tingkatan nyeri yang dirasakan oleh pasien maka dari itu salah satu gejala yang umum inilah yang harus segera disadari dan diminimalisir oleh pasien hipertensi sebelum muncul gejala lainnya.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Labanan diperoleh data kunjungan pasien lansia dengan Hipertensi sebanyak 54 lansia, terhitung dari bulan September hingga Oktober tahun 2022. Kemudian peneliti melakukan wawancara langsung kepada 10 orang lansia yang datang berobat ke Puskesmas Labanan ditemukan lansia yang mengalami nyeri kepala dengan tingkatan nyeri ringan sebanyak 3 lansia, nyeri sedang sebanyak 5 lansia dan nyeri berat sebanyak 2 lansia dengan karakteristik nyeri yang berbeda-beda. Lansia juga mengeluhkan minum obat hipertensi setiap hari membuat bosan, lupa, dan malas ke puskesmas untuk kontrol dan mengambil obat, sehingga peneliti memberikan alternatif pengobatan lain untuk mengurangi gejala yang mereka alami dengan melakukan pengobatan komplementer akupresur.

Berdasarkan dengan pernyataan tersebut maka muncul "Bagaimanakah Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Perubahan Skor nyeri Kepala Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah kerja UPT Puskesmas Labanan".

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis quasi Experimental design menggunakan pendekatan pretest-posttest kontrol group design, dengan jumlah sampel sebanyak 48 orang yang terbagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengukuran variabel dilakukan dengan menggunakan kuisioner.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi yang memuat karakteristik demografi dan Skor Nyeri. Untuk karakteristik, responden menuliskan jawaban yang sudah disiapkan oleh peneliti yaitu menjawab data-data demografi yang dibutuhkan dan dimungkinkan berpengaruh terhadap variabel yang diteliti yaitu meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan.

Untuk bagian kuisioner instrument *Numeric Rating Scale* (NRS) yang digunakan untuk mengukur nyeri kepala sebelum dan sesudah pemberian perlakuan, masing-masing angka pada kuisioner Skor Nyeri menunjukkan nilai pada derajat nyeri yang dirasakan (A Potter & Perry, 2020). Lembar observasi juga dilengkapi dengan pernyataan SOP akupresur sebagai panduan berjalannya penelitian. Sementara untuk SOP Pada penelitian ini menggunakan SOP dari (Yanthi, 2022). SOP terlampir di halaman lampiran.

Teknik analisis data yang akan peneliti lakukan terlebih dahulu yaitu dengan uji Normalitas dan uji Homogenitas supaya uji prasarat untuk melanjutkan hasil penelitian kedalam uji Hipotesis. Peneliti ini menggunakan uji Wilcoxon sebagai uji alternatif untuk uji beda pre-post test dalam satu kelompok. Sementara itu uji Mann Whitney digunakan untuk uji beda pre-post test antar kelompok.

HASIL

Karakteristik Demografi Pasien Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Labanan

Usia					
Kelompok	Median	SD	n	Min	Max
Kelompok Intervensi	66.00	7.504	48	53	83
Kelompok Kontrol	67.50	6.207	48	60	80

Jenis Kelamin			
Kelompok	Karakteristik	Frekuensi	(%)
Kelompok Intervensi	Laki - Laki	7	29.2
	Perempuan	17	70.8
Kelompok Kontrol	Laki - Laki	2	8.3
	Perempuan	22	91.7
Total		48	100

Pekerjaan			
Kelompok	Karakteristik	Frekuensi	(%)
Kelompok Intervensi	IRT	17	70.8
	Petani	7	29.2
Kelompok Kontrol	IRT	22	91.7
	Petani	2	8.3
Total		48	100

Hasil Skor Nyeri Kepala Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskemas Labanan.

Pre-Test					
Kelompok	Median	SD	n	Min	Max
Kelompok Intervensi	6.00	0.608	24	5	7
Kelompok Kontrol	5.00	0.761	24	4	6
Post-Test					
Kelompok	Median	SD	n	Min	Max
Kelompok Intervensi	3.00	0.917	24	2	5
Kelompok Kontrol	5.00	0.482	24	4	5

Hasil Analisis Perubahan Skor Nyeri Kepala Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Labanan.

Experimen	Median	SD	n	P
Pre Test	6.00	0.608	24	0,000
Post Test	3.00	0.917	24	
Kontrol	Median	SD	n	P
Pre Test	5.00	0.761	24	0,001
Post Test	5.00	0.482	24	

Hasil Analisis Perbedaan Pengaruh Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol terhadap Perubahan Skor Nyeri Kepala Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Labanan.

Nyeri Kepala	N	Mean Rank	Sum of Rank	Z	P value
Kelompok Intervensi	24	33.83	812.00	-5.022	0.000
Kelompok Kontrol	24	15.17	364.00		

Secara umum nyeri kepala atau headache atau sefalgia adalah suatu rasa nyeri atau rasa yang tidak enak pada daerah kepala, termasuk meliputi daerah wajah dan tengkuk leher. Ada pendapat lain tentang nyeri kepala yaitu nyeri kepala adalah suatu sensasi nyeri pada daerah kepala yang kadang-kadang diikuti dengan nyeri pada wajah dan /atau leher. Nyeri kepala merupakan gangguan neurologis yang paling umum dan selanjutnya menjadi kasus yang sering ditemukan di Unit Gawat Darurat, terhitung 2% dari semua kunjungan. Menurut WHO, Nyeri kepala berada dalam urutan sepuluh besar kondisi yang menyebabkan kecacatan untuk pria dan wanita (Gide, 2021).

Menurut (Muayah et al., 2021), tekanan terhadap kutan dan jaringan subkutan melepaskan histamin yang pada akhirnya akan menghasilkan vasodilator pembuluh darah dan meningkatkan aliran balik vena yang kemudian akan menurunkan kerja jantung. Terjadinya penurunan kerja jantung, maka tekanan intracranial akan menjadi turun, nyeri kepala akan menjadi lebih berkurang.

Sistem saraf desenden melepaskan opiat endogen seperti hormon endorphin (Sukmadi et al., 2021). Memberikan stimulus pada titik akupresure akan menstimulasi sel saraf sensorik disekitar titik akupresur selanjutnya diteruskan

ke medula spinalis, mesensefalon dan kompleks pituitari hipotalamus yang ketiganya diaktifkan untuk melepaskan hormon endorphin yang dapat memberikan rasa tenang dan nyaman (Wirakhmi et al., 2018).

Sementara terapi farmakologi untuk mengatasi nyeri leher belakang adalah dengan mengkonsumsi obat pereda nyeri dan obat anti hipertensi yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan. Namun hal ini berpotensi menimbulkan ketergantungan penggunaan obat pada penderita hipertensi itu sendiri saat serangan hipertensi terjadi kembali (Fadlilah, 2019).

Tatalaksana hipertensi berbasis-risiko penyakit kardiovaskuler dan tekanan darah lebih efisien dan efektif dari segi biaya jika dibanding berbasis tekanan darah saja. Terapi hipertensi direkomendasikan sebagai pencegahan sekunder penyakit kardiovaskuler rekuren pada pasien klinis penyakit kardiovaskuler dan rata-rata sistole 130 mmHg atau diastole 80 mmHg, serta pada dewasa dengan perkiraan risiko 10 tahun penyakit kardiovaskuler aterosklerotik (ASCVD) 10% atau lebih dengan rata-rata sistole 130 mmHg atau diastole 80 mmHg (Carey RM et al, 2018).

Pada penelitian ini terdapat pengaruh yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol peneliti berasumsi bahwa hal ini dikarekan kedua kelompok sama-sama diberikan terapi penurunan nyeri kepala pada penderita hipertensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa rata-rata usia lansia penderita hipertensi berada pada usia 66 – 68 tahun. Jenis kelamin terbanyak adalah perempuan pada kelompok intervensi sebanyak 17 orang (70.8%) dan kelompok kontrol sebanyak 22 orang (91.7%). Serta berdasarkan pekerjaan adalah ibu rumah tangga pada kelompok intervensi sebanyak 17 orang (70.8%) dan pada kelompok kontrol sebanyak 22 orang (91.7%). Rata-rata skor nyeri kepala pre-test pada kelompok intervensi adalah 6.00 nyeri sedang dan kontrol 5.00 nyeri sedang. Sedangkan rata-rata skor nyeri kepala post-test pada kelompok intervensi adalah 3.00 nyeri ringan dan kontrol adalah 5.00 nyeri sedang. Hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon

pada skor nyeri kepala lansia hipertensi sebelum dan sesudah terapi akupresur (kelompok intervensi) didapatkan nilai p $0,000 < 0,05$ dan terapi farmakologi (kelompok kontrol) dengan nilai p $0,001 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan terapi terhadap perubahan skor nyeri kepala di wilayah kerja puskesmas labanan. Hasil uji statistik menggunakan uji independent t-test pada terapi akupresur (kelompok intervensi) dan terapi farmakologi (kelompok kontrol) terhadap perubahan skor nyeri kepala lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Labanan menunjukkan hasil p value $0,000 < 0,05$ artinya terdapat perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

REFERENSI

- A Potter, & Perry, A. G. (2020). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik. (& P. A. G. A Potter, Ed.; 4 ed., Vol. 2). ECG.
- Alpayana Cecylia Jisarah. (2022). Efektivitas Terapi Akupresure Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Kepala Dengan Hipertensi Di Puskesmas Magelang Selatan. Ilmu Keperawatan.
- Aminuddin, A., Sudarman, Y., & Syakib, M. (2020). Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Setelah Diberikan Terapi Akupresur. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(1), 57. <https://doi.org/10.33490/jkm.v6i1.119>
- Arissandi, D. S. (2019). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Borneo Cendekia*, 3 (2), 40–46.
- Aryantiningasih, D. S., & Silaen, J. B. (2018). KEJADIAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS HARAPAN RAYA PEKANBARU. *Jurnal Ipteks Terapan*, 12(1), 64. <https://doi.org/10.22216/jit.2018.v12i1.1483>
- 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. NURSCOPE*, 8, 21–25. <https://doi.org/10.30659/nurscope.8.1.21-25>
- BPS. (2019). Statistik Kartel Indonesia. Badan Pusat Statistik.
- DepKes, RI. (2019). Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. Departemen Kesehatan RI.
- Djaali. (2020). Metodologi Penelitian Kuantitatif (Bunga Sari Fatmawati, Ed.). Bumi Aksara.
- dr. Hardisman, M. P. (2020). Mudah, Praktis, Gratis, dan Legal Analisis Data dan Statistik Kesehatan dengan Program JASP (Guepedia/La, Ed.). Guepedia.
- Dwi Sarbini, S. Z. F. N. I. (2019). Gizi Geriatri. MUP.
- Handayani, L. T. (2018). KAJIAN ETIK PENELITIAN DALAM BIDANG KESEHATAN DENGAN MELIBATKAN MANUSIA SEBAGAI SUBYEK. *The Indonesian Journal of Health Science*, 10(1). <https://doi.org/10.32528/the.v10i1.1454>
- Haryani, S., & Misniarti, M. (2020). Efektifitas Akupresure dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Perumnas. *JURNAL KEPERAWATAN RAFLESIA*, 2(1), 21–30. <https://doi.org/10.33088/jkr.v2i1.491>
- InaSH. (2019). Konsensus Penatalaksanaan Hipertensi 2019 (E. H. & N. M. H. A.A. Lukito., Ed.). Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia.
- Kayce Bell, J. T. (2018). Hypertension : The Silent Killer: Update JNC-8 Guideline Recommendations.
- KemenKes, RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Hipertensi 2019. Indonesia Health Profile 2019. .
- Lailatul Khabibah. (2019). Pengaruh Terapi Akupresur Dan Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Rsud Jombang. *JURNAL EDUNursing*, 3 (2)(ISSN : 2549-8207 e-ISSN : 2579-6127).
- Maninggar Kayuningtyas. (2020). Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Siswa SMA Ipiems Surabaya (Berdasarkan Teori Motivasi Perlindungan). Kesehatan Masyarakat.
- Maryati., L. A. Pertiwi. (2022). Terapi Akupresur Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi di Tresna

- Werdha Jakarta. Jurnal Ilmiah. AVICENNA.
- Novia Puspita Sari. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Hipertensi Yang Di Rawat Di Rumah Sakit. D3 Keperawatan.
- Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo, S. K. M. , M. Com. H. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan (Cetakan Ke.3, Vol. 978-979-098-094-5). PT. Rineka Cipta.
- Pusdatin Kemenkes RI. (2019). InfoDatin Glaukoma 2019.pdf: Vol. (pp. 1-9). Kementerian Kesehatan RI.
- Retno Damayanti. (2019). Pengaruh Musik Klasik terhadap tingkat nyeri luka dan Produksi ASI pada Pasien Post Sectio Caesarea di RST Dr. Soedjono Magelang. Ilmu Keperawatan.
- RisKesDas. (2018). Laporan Provinsi Kalimantan Timur RISKESDAS 2018. Kalimantan Timur. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2019.
- Roza, R., Mulyadi, B., Nurdin, Y., & Mahathir, M. (2019). Pengaruh Pemberian Akupresur oleh Anggota Keluarga terhadap Tingkat Nyeri Pasien Nyeri Kepala (Chephalgia) di Kota Padang Panjang. Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 19(3), 714. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.772>
- Sri Indah Kusumaningati, S. K. (2019). Dukungan Keluarga Dalam Perawatan Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medokan Ayu Surabaya. Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan.
- Sri Sunarti. (2020). Prinsip dasar kesehatan lanjut usia (geriatri) (Sri Sunarti, Ed.; Cetakan Pertama). UB Press.
- Sugiono. (2021). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D (Cetakan Ke-3). Alfabeta.
- Tim Bumi Medika. (2022). Berdamai dengan Hipertensi (Yanita Nur Indah Sari, Ed.; Cetakan Pertama). Bumi Medika.
- Wahyu Tri Aji Pangestu. (2023). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. K dengan Masalah Keperawatan Utama Nyeri Akut Dengan Diagnosa Medis Hipertensi Di UPTD Griya Wreda Jambangan Surabaya. D3 Keperawatan.
- Wahyuni, S. M., Putri, R. A., & Akmar, S. N. (2022). Terapi Akupresur untuk Mengurangi Sakit Kepala pada Lansia di RT.12/RW.05 Desa Langensari Barat.
- World Health Organization. (2019). Hypertension. Kobe: World Health Organization.