

**PENERAPAN AKUPRESUR DALAM MENURUNKAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS GRABAG**

Rani Febriyanti¹, Maryatun, S.Kep.,Ns.,M.Kes²

febriyantirani6@gmail.com

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi biasa disebut dengan tekanan darah tinggi. Seseorang mengalami hipertensi jika tekanan darah sistolik dan diastolik sudah naik diatas 140/90 mmHg. Hipertensi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia dengan lebih dari 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita serta lebih dari satu miliar orang mengalami kondisi tersebut (WHO, 2020). Terapi non farmakologis terapi akupresur dapat menjadi salah satu pilihan bagi lansia untuk mengatasi hipertensi. **Tujuan:** Mendiskripsikan hasil perbandingan penurunan tekanan darah pada lansia sebelum dan setelah penerapan terapi akupresur pada 2 (dua) responden. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif, pemilihan sample sesuai dengan kriteria inklusi dan memilih 2 responden lansia yang mengalami hipertensi. Instrument penelitian menggunakan *Sphygmomanometer* digital dan penelitian dilakukan 15 menit selama 3 hari berturut-turut. **Hasil:** Terjadi penurunan tekanan sistolik pada Ny. T sebesar 10 mmHg dan penurunan tekanan sistolik Ny. P sebesar 7 mmHg. Sementara tekanan diastolik Ny. T 12 mmHg dan Ny. P turun sebesar 10 mmHg. Hasil penerapan terapi akupresur pada kedua responden menunjukkan terdapat perubahan penurunan tekanan darah dari yang sebelumnya termasuk dalam klasifikasi hipertensi derajat 1 menjadi normal tinggi. **Kesimpulan:** Terdapat perbedaan sebelum dan setelah dilakukan akupresur pada lansia hipertensi.

Kata Kunci: *Lansia, hipertensi, akupresur*