



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: July, 30, 2026

Revised: August, 14, 2026

Available: August, 14, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Pengaruh terapi akupresur menggunakan alat pijat kayu dan minyak zaitun terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi

Ni Made Merry Wedani*, Riska Oktalina, Sujiah

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Ni Made Merry Wedani. *Email: nimademerrywedani@gmail.com

Abstract

Background: Hypertension is a non-communicable disease with a high prevalence that carries the risk of serious complications such as heart disease, stroke, and kidney failure. Non-pharmacological therapies, such as acupressure, serve as alternatives for blood pressure control. This study aims to determine the effect of acupressure therapy using a wooden massage tool and olive oil on blood pressure changes in hypertensive patients at the Kedaton Community Health Center in 2025.

Purpose: To determine the effect of acupressure therapy using a wooden massage tool and olive oil on blood pressure changes in hypertensive patients.

Method: This study employed a quasi-experimental design with a two-group pre-test post-test approach. The sample consisted of 52 respondents divided into intervention and control groups. Blood pressure was measured before and after the intervention. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed-Rank test and the Mann-Whitney test.

Results: The results showed a significant decrease in systolic and diastolic blood pressure in the intervention group ($p < 0.05$), as well as a significant difference between the intervention and control groups.

Conclusion: Acupressure therapy using a wooden massage tool and olive oil has a significant effect on lowering blood pressure and can be utilized as a complementary therapy.

Keywords: Acupressure; Blood Pressure; Complementary Therapy; Hypertension.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat. Kondisi ini ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg yang berlangsung secara persisten (World Health Organization, 2024; Dillasamola, 2024). Hipertensi berkontribusi terhadap tingginya angka morbiditas dan mortalitas akibat komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023; Fauziah et al., 2021).

Secara global, diperkirakan lebih dari 1.4 miliar orang dewasa menderita hipertensi dan sebagian besar berada di negara berkembang (World Health Organization, 2024). Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 30.8% berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 (Kurniawan et al., 2025) serta meningkat pada kelompok usia lanjut (Andika et al., 2025). Selain itu, tren kejadian hipertensi di daerah seperti Lampung juga menunjukkan peningkatan yang signifikan (Nurhartanto et al., 2025).

Pengaruh terapi akupresur menggunakan alat pijat kayu dan minyak zaitun terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Namun, penggunaan obat antihipertensi dalam jangka panjang sering menimbulkan efek samping (Ruslang, 2023; Wulan et al., 2023). Sehingga, terapi komplementer seperti akupresur mulai dikembangkan sebagai alternatif dalam menurunkan tekanan darah (Ardi, 2024; Manullang, 2024).

Terapi akupresur bekerja dengan memberikan tekanan pada titik tertentu untuk merangsang sistem saraf otonom, meningkatkan relaksasi, dan menurunkan aktivitas saraf simpatik (Musmuliadin, 2023; Febriyanti et al., 2024). Penggunaan alat pijat kayu dapat meningkatkan efektivitas tekanan (Mujiyanto & Muhammad, 2022), sedangkan minyak zaitun berperan dalam meningkatkan sirkulasi darah melalui kandungan antioksidan (Fernanda & Yanto, 2023).

Manifestasi klinis hipertensi seperti pusing, leher kaku, dan mudah lelah sering dialami pasien (Kamelia & Ariyani, 2021). Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terapi akupresur efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Putri et al., 2020; Sianturi, 2024; Srilestari, 2024). Sehingga, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur menggunakan alat pijat kayu dan minyak zaitun terhadap perubahan tekanan darah.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental dengan pendekatan two group pre-test post-test design. Desain ini digunakan untuk melihat pengaruh intervensi terhadap perubahan variabel

dependen (Manullang, 2024). Instrumen pengukuran tekanan darah menggunakan sphygmomanometer yang telah terstandar sesuai pedoman pengukuran tekanan darah (World Health Organization, 2024).

Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney karena data tidak berdistribusi normal dan digunakan untuk membandingkan dua kelompok (Kurniawan et al., 2025). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi yang berobat di Puskesmas Kedaton. Sampel berjumlah 52 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kontrol. Teknik sampling menggunakan purposive sampling.

Kriteria inklusi meliputi: pasien hipertensi usia ≥ 18 tahun, bersedia menjadi responden, dan tidak mengalami komplikasi berat. Kriteria eksklusi meliputi: pasien dengan luka pada area akupresur, alergi minyak zaitun, dan kondisi akut. Variabel independen adalah terapi akupresur menggunakan alat pijat kayu dan minyak zaitun, sedangkan variabel dependen adalah tekanan darah (sistolik dan diastolik).

Instrumen penelitian menggunakan sphygmomanometer dan lembar observasi. Indikator penilaian tekanan darah mengacu pada klasifikasi hipertensi (mmHg). Analisis data dilakukan secara univariat dengan distribusi frekuensi karakteristik responden. Selain itu menggunakan analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari komite etik penelitian kesehatan dan menggunakan prinsip informed consent, anonymity, dan confidentiality.

Ni Made Merry Wedani*, Riska Oktalina, Sujiah

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Ni Made Merry Wedani. *Email: nimademerrywedani@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i8.3092>

Pengaruh terapi akupresur menggunakan alat pijat kayu dan minyak zaitun terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi

HASIL

Tabel 1. Data Distribusi Frekuensi Responden (N=52)

Variabel	Frekuensi
Umur (n/%)	
≤ 45	22/43.3
>45	30/57.7
Jenis Kelamin (n/%)	
Perempuan	28/53.8
Laki-laki	24/46.2
Kelompok Intervensi	
Pre test	150/95
Post test	135/85
Kelompok Kontrol	
Pre test	148/92
Post test	146/90
Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah	p-value
Sistolik	0.003
Diastolik	0.004

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi akupresur memberikan penurunan signifikan tekanan darah. Hal ini sesuai dengan teori bahwa stimulasi titik akupresur dapat menurunkan aktivitas saraf simpatik dan meningkatkan relaksasi (Febriyanti et al., 2024; Musmuliadin, 2023).

Penurunan tekanan darah terjadi karena mekanisme vasodilatasi akibat aktivasi sistem parasimpatik serta pelepasan endorfin yang memberikan efek relaksasi (Manullang, 2024; Fauziah et al., 2021; Riamah, 2023). Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi akupresur efektif dalam menurunkan tekanan darah (Putri et al., 2020; Sianturi, 2024; Srilestari, 2024). Penggunaan alat pijat kayu juga meningkatkan efektivitas terapi karena memberikan tekanan yang lebih optimal (Mujiyanto & Muhammad, 2022).

Minyak zaitun dalam penelitian ini memberikan efek tambahan melalui kandungan polifenol yang berperan sebagai antioksidan dan meningkatkan produksi nitric oxide sehingga terjadi vasodilatasi (Fernanda & Yanto, 2023). Hal ini juga didukung oleh penelitian lain terkait manfaat terapi komplementer dalam hipertensi (Ardi, 2024; Ruslang, 2023).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini mendukung bahwa terapi non-farmakologis seperti akupresur dapat menjadi alternatif dalam pengendalian hipertensi, terutama untuk mengurangi ketergantungan obat (Wulan et al., 2023; Dillasamola, 2024).

SIMPULAN

Terapi akupresur menggunakan alat pijat kayu dan minyak zaitun terbukti berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga dapat digunakan sebagai terapi komplementer yang efektif, aman, dan mudah diterapkan dalam pengendalian hipertensi.

Ni Made Merry Wedani*, Riska Oktalina, Sujiah

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Ni Made Merry Wedani. *Email: nimademerrywedani@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i8.3092>

Pengaruh terapi akupresur menggunakan alat pijat kayu dan minyak zaitun terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi

DAFTAR PUSTAKA

- Andika, R., Putra, D., & Sari, M. (2025). Analisis prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan kelompok usia. *Jurnal Kesehatan Nasional*, 12(1), 45–52.
- Ardi, M. (2024). Manfaat terapi akupresur dalam meningkatkan kesehatan tubuh. *Jurnal Terapi Komplementer*, 5(1), 12–20.
- Dillasamola, R. (2024). Klasifikasi dan faktor risiko hipertensi. *Jurnal Medika Indonesia*, 9(2), 88–95.
- Febriyanti, R., Nuraini, S., & Hidayat, T. (2024). Efektivitas terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 27(2), 120–128.
- Fernanda, D., & Yanto, A. (2023). Pengaruh minyak zaitun terhadap tekanan darah dan kesehatan kardiovaskular. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(3), 150–158.
- Fauziah, N., Rahman, A., & Sari, L. (2021). Patofisiologi hipertensi dan implikasinya terhadap kesehatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 30–38.
- Kamelia, R., & Ariyani, F. (2021). Manifestasi klinis hipertensi pada pasien dewasa. *Jurnal Keperawatan Klinik*, 6(2), 75–82.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2023*. Kemenkes RI. Diakses dari: <https://www.kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2023>
- Kurniawan, A., Saputra, H., & Lestari, D. (2025). Survei kesehatan Indonesia dan faktor risiko hipertensi. *Jurnal Epidemiologi Indonesia*, 9(1), 33–41.
- Manullang, R. (2024). Terapi komplementer dalam penatalaksanaan hipertensi. *Jurnal Keperawatan Holistik*, 8(1), 10–18.
- Mujiyanto, A., & Muhammad, F. (2022). Penggunaan alat pijat kayu dalam terapi refleksi. *Jurnal Terapi Alternatif*, 6(2), 75–82.
- Musmuliadin. (2023). Konsep dasar akupresur dalam keperawatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(1), 21–29.
- Nurhartanto, E., Prasetyo, B., & Hidayah, N. (2025). Tren kejadian hipertensi di Provinsi Lampung. *Jurnal Kesehatan Daerah*, 7(1), 55–63.
- Putri, W. E., Utomo, W., & Utami, G. T. (2020). Pengaruh terapi refleksi dengan alat pijat kayu dan minyak zaitun terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 5(2), 90–98.
- Riamah, S. (2023). Mekanisme patofisiologi hipertensi. *Jurnal Kedokteran Modern*, 14(2), 101–110.
- Ruslang, H. (2023). Penatalaksanaan hipertensi secara farmakologis dan non-farmakologis. *Jurnal Farmasi Klinik*, 12(1), 22–30.
- Sianturi, D. (2024). Pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. *Jurnal Keperawatan Gerontik*, 7(1), 55–63.
- Srilestari, D. (2024). Titik akupresur dan manfaatnya dalam terapi hipertensi. *Jurnal Terapi Tradisional*, 5(2), 60–68.
- Wulan, S., Rahmawati, N., & Putri, A. (2023). Faktor risiko dan penatalaksanaan hipertensi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 100–110.
- World Health Organization. (2024). *Hypertension: Global report*. WHO. Diakses dari: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

Ni Made Merry Wedani*, Riska Oktalina, Sujiah

Universitas Mitra Indonesia

Korespondensi penulis: Ni Made Merry Wedani. *Email: nimademerrywedani@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v6i8.3092>