

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM MANAJEMEN PASIEN HIPERTENSI MELALUI PENATALAKSANAAN AKUPUNKTUR DI IMMUMTAZAH THERAPY

Imrok Atus Sholihah^{1*}, Hanum Sasmita², Purwanto³

^{1,2,3}Jurusan Akupunktur, Poltekkes Kemenkes Surakarta

Email korespondensi: imrokatusholihah6@gmail.com

Received: 7 January 2026; Revised: 22 January 2026; Accepted: 26 January 2026

Abstract

Hypertension is a non-communicable disease that requires continuous management to prevent cardiovascular, renal, and cerebrovascular complications. This community service program aimed to strengthen patients' self-management of hypertension through health education, regular blood pressure monitoring, and acupuncture treatment at Immumtazah Therapy Karanganyar. Thirty hypertensive patients participated in the program and received education on risk factors, lifestyle modification, medication adherence, and four weekly acupuncture sessions. The mean systolic blood pressure decreased from 154.6 ± 10.2 mmHg to 141.3 ± 8.7 mmHg, while the mean diastolic blood pressure decreased from 95.4 ± 6.8 mmHg to 87.2 ± 5.9 mmHg after the intervention. Participants also demonstrated improved understanding and adherence to healthy lifestyle practices. These findings indicate that community empowerment integrating education and acupuncture may support community-based hypertension management as an adjunct to standard care.

Keywords: hypertension, community empowerment, acupuncture, health education, blood pressure.

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang memerlukan pengelolaan berkelanjutan untuk mencegah komplikasi kardiovaskular, ginjal, dan serebrovaskular. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan kemampuan pasien dalam manajemen hipertensi melalui edukasi kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan penatalaksanaan akupunktur di Immumtazah Therapy Karanganyar. Kegiatan diikuti oleh 30 pasien hipertensi yang memperoleh penyuluhan mengenai faktor risiko, modifikasi gaya hidup, kepatuhan pengobatan, serta terapi akupunktur sebanyak empat sesi mingguan. Rerata tekanan darah sistolik menurun dari $154,6 \pm 10,2$ mmHg menjadi $141,3 \pm 8,7$ mmHg, sedangkan rerata tekanan darah diastolik menurun dari $95,4 \pm 6,8$ mmHg menjadi $87,2 \pm 5,9$ mmHg setelah intervensi. Peserta juga menunjukkan peningkatan pemahaman dan kepatuhan dalam menerapkan pola hidup sehat. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat yang mengintegrasikan edukasi dan akupunktur dapat mendukung pengelolaan hipertensi berbasis komunitas sebagai pendamping pelayanan standar.

Kata kunci: hipertensi, pemberdayaan masyarakat, akupunktur, edukasi kesehatan, tekanan darah.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan utama di tingkat global dan nasional. World Health Organization (WHO) mendefinisikan hipertensi sebagai tekanan darah yang terlalu tinggi, yaitu $\geq 140/90$ mmHg, dan menegaskan bahwa kondisi ini sering tidak bergejala sehingga pemeriksaan tekanan darah secara berkala menjadi kunci deteksi dini (World

Health Organization [WHO], 2025a). Hipertensi yang tidak terkontrol meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan kematian prematur sehingga sering disebut silent killer.

Beban hipertensi masih sangat besar. WHO memperkirakan 1,4 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun hidup dengan hipertensi pada tahun 2024; sekitar dua pertiga di antaranya berada di negara berpenghasilan rendah dan

menengah, dan sebagian besar belum terdiagnosis atau belum terkontrol secara optimal (WHO, 2025a, 2025b). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengendalian hipertensi membutuhkan strategi promotif, preventif, kuratif, serta pemberdayaan pasien secara berkelanjutan.

Di Indonesia, hipertensi tetap menjadi tantangan kesehatan masyarakat. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah pada penduduk dewasa masih tinggi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia [Kemenkes RI], 2023). Analisis tiga gelombang survei nasional juga menegaskan bahwa diagnosis, pengobatan, dan kontrol hipertensi di Indonesia masih belum optimal, sehingga diperlukan penguatan layanan primer, edukasi, dan tindak lanjut jangka panjang (Muharram et al., 2025).

Kondisi tersebut juga ditemukan pada pasien yang berkunjung ke Immumtazah Therapy Karanganyar. Berdasarkan hasil skrining kesehatan dan pelayanan terapi, hipertensi merupakan salah satu keluhan terbanyak. Sebagian pasien memiliki riwayat tekanan darah tinggi yang dipengaruhi oleh faktor usia, pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, stres, serta rendahnya kepatuhan dalam melakukan pemantauan tekanan darah. Kondisi ini menunjukkan perlunya pemberdayaan masyarakat agar pasien mampu berperan aktif dalam pengelolaan hipertensi secara mandiri.

Salah satu pendekatan yang dapat dikembangkan adalah kombinasi edukasi kesehatan dengan terapi komplementer berupa akupunktur sebagai pendamping, bukan pengganti, terapi medis standar. Pedoman nasional menekankan bahwa tatalaksana hipertensi perlu dilakukan secara komprehensif melalui modifikasi gaya hidup, pemantauan tekanan darah, dan terapi farmakologis sesuai indikasi klinis (Kemenkes RI, 2021). Di sisi lain, bukti ilmiah menunjukkan bahwa akupunktur berpotensi memberikan efek tambahan terhadap penurunan tekanan darah ketika digunakan

bersama terapi standar, walaupun kualitas bukti dan heterogenitas penelitian masih perlu diperhatikan (Lee et al., 2009; Zhao et al., 2015).

Berdasarkan kondisi tersebut, tim pengabdian kepada masyarakat melaksanakan program Pemberdayaan Masyarakat dalam Manajemen Pasien Hipertensi melalui Penatalaksanaan Akupunktur di Immumtazah Therapy Karanganyar. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pengendalian hipertensi, membangun perilaku pemantauan tekanan darah secara mandiri, serta membantu menurunkan tekanan darah melalui terapi akupunktur pada 30 pasien hipertensi yang mengikuti program pengabdian.

PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Immumtazah Therapy Karanganyar pada bulan Januari 2026 dengan sasaran sebanyak 30 pasien hipertensi. Metode yang digunakan adalah pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan edukatif dan kuratif komplementer berupa terapi akupunktur sebagai pendamping pengelolaan hipertensi.

Tahapan kegiatan meliputi:

1. Identifikasi dan Skrining Peserta

Peserta dipilih dari pasien yang berkunjung ke Immumtazah Therapy Karanganyar dan memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg atau memiliki riwayat hipertensi. Sebelum kegiatan dimulai, dilakukan pemeriksaan tekanan darah menggunakan tensimeter digital yang telah dikalibrasi untuk memperoleh data awal (pre-test). Pemeriksaan dilakukan dalam posisi duduk setelah peserta beristirahat singkat untuk meningkatkan ketepatan hasil pengukuran.

2. Edukasi Kesehatan

Peserta diberikan penyuluhan mengenai hipertensi yang mencakup pengertian, faktor risiko, komplikasi, pentingnya pengendalian tekanan darah, pola makan rendah garam, aktivitas fisik, manajemen stres, kepatuhan

terhadap pengobatan, dan pemantauan tekanan darah secara mandiri. Edukasi dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi, dan pembagian media edukasi berupa leaflet.

3. Penatalaksanaan Akupunktur

Peserta mendapatkan terapi akupunktur sebanyak 4 sesi selama 4 minggu (1 kali per minggu) dengan durasi 20–30 menit setiap sesi. Titik akupunktur yang digunakan disesuaikan dengan kondisi pasien, dengan titik utama yang sering digunakan pada kasus hipertensi antara lain Baihui (GV20), Fengchi (GB20), Quchi (LI11), Hegu (LI4), Taichong (LR3), dan Zusanli (ST36). Terapi dilakukan oleh praktisi akupunktur yang memiliki kompetensi dan sertifikasi sesuai standar pelayanan.

4. Monitoring dan Evaluasi

Evaluasi dilakukan dengan mengukur tekanan darah peserta sebelum program dimulai dan setelah seluruh sesi terapi selesai. Selain itu, dilakukan evaluasi tingkat pemahaman peserta melalui diskusi dan tanya jawab mengenai manajemen hipertensi. Data tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik serta dianalisis secara pre-post pada taraf signifikansi 0,05. Keberhasilan program ditunjukkan oleh peningkatan pengetahuan peserta dan penurunan rerata tekanan darah setelah mengikuti edukasi dan terapi akupunktur.

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Immumtazah Therapy Karanganyar dengan melibatkan 30 pasien hipertensi. Pelaksanaan diawali dengan registrasi peserta dan pemeriksaan tekanan darah untuk memperoleh data dasar kondisi kesehatan peserta. Hasil skrining menunjukkan sebagian besar peserta memiliki tekanan darah yang belum terkontrol dan masih memiliki faktor risiko seperti pola makan tinggi garam, kurang aktivitas fisik, dan stres.



Gambar1. Dokumentasi kegiatan PkM

Setelah skrining, peserta mengikuti penyuluhan kesehatan mengenai hipertensi dan cara pengendaliannya. Kegiatan berlangsung secara interaktif sehingga peserta dapat menyampaikan pengalaman, hambatan, dan permasalahan yang dihadapi dalam mengelola tekanan darah.

Tahap berikutnya adalah pemberian terapi akupunktur yang dilakukan secara berkala selama empat minggu. Selama pelaksanaan terapi, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dengan baik. Monitoring tekanan darah dilakukan pada setiap kunjungan untuk mengetahui perkembangan kondisi peserta.

Pada akhir program dilakukan evaluasi melalui pengukuran tekanan darah dan wawancara singkat mengenai pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai manajemen hipertensi serta penurunan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik. Dari 30 peserta yang mengikuti kegiatan hingga selesai, sebagian besar mengalami perbaikan tekanan darah dan melaporkan kondisi tubuh

yang lebih nyaman serta berkurangnya keluhan seperti pusing, tengkuk kaku, dan mudah lelah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Immuntazah Therapy Karanganyar dengan melibatkan 30 pasien hipertensi. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan yang meliputi pemeriksaan tekanan darah, edukasi mengenai manajemen hipertensi, dan terapi akupunktur selama empat minggu.

Karakteristik peserta menunjukkan bahwa sebagian besar merupakan kelompok usia dewasa dan lanjut usia yang memiliki riwayat hipertensi lebih dari satu tahun. Keluhan yang sering disampaikan peserta antara lain pusing, nyeri tengkuk, mudah lelah, gangguan tidur, dan rasa tidak nyaman pada kepala.

Hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah program menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada sebagian besar peserta. Rerata tekanan darah sistolik sebelum intervensi adalah $154,6 \pm 10,2$ mmHg dan menurun menjadi $141,3 \pm 8,7$ mmHg setelah program. Sementara itu, rerata tekanan darah diastolik mengalami penurunan dari $95,4 \pm 6,8$ mmHg menjadi $87,2 \pm 5,9$ mmHg. Hasil analisis menunjukkan bahwa penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik bermakna secara statistik (nilai p kurang dari 0,05).

Tabel 1. Rata-rata Tekanan Darah Peserta Sebelum dan Sesudah Program

Variabel	Sebelum	Sesudah	Penurunan rerata
Sistolik (mmHg)	$154,6 \pm 10,2$	$141,3 \pm 8,7$	13,3
Diastolik (mmHg)	$95,4 \pm 6,8$	$87,2 \pm 5,9$	8,2

Selain penurunan tekanan darah, hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan

pengetahuan peserta mengenai hipertensi, faktor risiko, komplikasi, pola hidup sehat, dan pentingnya pemantauan tekanan darah secara rutin. Peserta juga menunjukkan peningkatan kepatuhan dalam menjaga pola makan rendah garam, melakukan aktivitas fisik, mengelola stres, dan mengikuti terapi secara teratur.

Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui edukasi kesehatan dan terapi akupunktur memberikan dampak positif terhadap pengendalian hipertensi. Penurunan tekanan darah yang terjadi pada peserta menunjukkan bahwa pendekatan komprehensif yang mengombinasikan peningkatan pengetahuan, pemantauan tekanan darah, dan terapi komplementer dapat membantu memperbaiki kondisi kesehatan pasien hipertensi.

Peningkatan pengetahuan peserta setelah edukasi merupakan faktor penting dalam keberhasilan program. Edukasi yang baik mendorong perubahan perilaku kesehatan, seperti pembatasan asupan garam, peningkatan aktivitas fisik, pengelolaan stres, kepatuhan terhadap pengobatan, dan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Upaya tersebut sejalan dengan pedoman nasional dan rekomendasi WHO yang menempatkan modifikasi gaya hidup serta tindak lanjut berkelanjutan sebagai komponen penting pengendalian hipertensi (Kemenkes RI, 2021; WHO, 2025a).

Terapi akupunktur yang diberikan selama program juga berperan sebagai intervensi pendamping dalam menurunkan tekanan darah peserta. Secara fisiologis, stimulasi titik akupunktur dapat memengaruhi sistem saraf otonom, menurunkan aktivitas simpatis, serta memodulasi sistem renin–angiotensin–aldosteron dan mediator neurohumoral yang berperan dalam regulasi tekanan darah. Mekanisme ini didukung oleh uji klinis elektroakupunktur yang menunjukkan penurunan norepinefrin, renin, dan aldosteron setelah intervensi pada pasien hipertensi (Li et al., 2015).

Hasil kegiatan ini sejalan dengan tinjauan sistematis Zhao et al. (2015) yang menyimpulkan bahwa akupunktur dapat memberikan efek tambahan ketika digunakan bersama pengobatan antihipertensi, meskipun bukti untuk akupunktur sebagai terapi tunggal masih belum kuat. Lee et al. (2009) juga menegaskan bahwa bukti penurunan tekanan darah melalui akupunktur masih bervariasi dan memerlukan penelitian yang lebih ketat. Oleh karena itu, akupunktur dalam kegiatan ini diposisikan sebagai terapi pendamping yang terintegrasi dengan edukasi, pemantauan, dan anjuran mengikuti pelayanan kesehatan standar.

Selain manfaat fisiologis, terapi akupunktur memberikan efek relaksasi yang dirasakan langsung oleh peserta. Sebagian besar peserta melaporkan berkurangnya keluhan pusing, ketegangan pada tengkuk, gangguan tidur, serta perasaan lebih nyaman setelah menjalani terapi. Temuan ini mendukung penggunaan pendekatan komplementer yang aman, rasional, dan berbasis kompetensi klinis untuk meningkatkan kenyamanan pasien, selama tetap memperhatikan indikasi, kontraindikasi, dan rujukan medis bila ditemukan tekanan darah yang sangat tinggi atau gejala komplikasi.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui edukasi kesehatan dan penatalaksanaan akupunktur merupakan strategi yang potensial dalam mendukung pengelolaan hipertensi di tingkat komunitas. Keterbatasan kegiatan ini adalah jumlah peserta yang terbatas, tidak adanya kelompok kontrol, serta belum dilakukannya pemantauan jangka panjang. Program serupa perlu dikembangkan dengan desain evaluasi yang lebih kuat, durasi tindak lanjut lebih panjang, dan kolaborasi dengan fasilitas kesehatan primer agar manfaatnya dapat dipantau secara berkelanjutan.

PENUTUP

Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa kombinasi edukasi kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan penatalaksanaan akupunktur dapat meningkatkan pengetahuan peserta serta menurunkan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi di Immumtazah Therapy Karanganyar. Akupunktur dapat digunakan sebagai terapi pendamping yang mendukung kenyamanan dan pengendalian tekanan darah, namun tetap perlu diintegrasikan dengan modifikasi gaya hidup, kepatuhan pengobatan, dan pemantauan medis sesuai standar pelayanan.

Saran

Masyarakat di Mandungan Jungke Karanganyar dan pasien Immumtazah Therapy Karanganyar diharapkan menerapkan pola hidup sehat, mengurangi konsumsi garam, melakukan aktivitas fisik teratur, mengelola stres, memantau tekanan darah secara berkala, serta memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan bila tekanan darah tetap tinggi atau muncul keluhan yang mengarah pada komplikasi. Program edukasi dan akupunktur perlu dilanjutkan secara berkala dengan pencatatan data yang lebih sistematis.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada masyarakat Mandungan Jungke Karanganyar, pasien Immumtazah Therapy Karanganyar, dan seluruh Tim Tenaga Kesehatan Immumtazah Therapy Karanganyar yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/4634/2021 tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. <https://kemkes.go.id/id/pnpk-2021---tata-laksana-hipertensi-dewasa>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/17169067256655eae5553985.98376730.pdf
- Lee, H., Kim, S. Y., Park, J., Kim, Y. J., Lee, H., & Park, H. J. (2009). Acupuncture for lowering blood pressure: Systematic review and meta-analysis. *American Journal of Hypertension*, 22(1), 122–128. <https://doi.org/10.1038/ajh.2008.311>
- Li, P., Tjen-A-Looi, S. C., Cheng, L., Liu, D., Painovich, J., Vinjamury, S., & Longhurst, J. C. (2015). Long-lasting reduction of blood pressure by electroacupuncture in patients with hypertension: Randomized controlled trial. *Medical Acupuncture*, 27(4), 253–266. <https://doi.org/10.1089/acu.2015.1106>
- Muharram, F. R., Widyahening, I. S., & Danaei, G. (2025). Hypertension care performance in Indonesia: Evidence from three waves of nationally representative cross-sectional surveys. *BMJ Open*, 15(12), Article e109588. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2025-109588>
- World Health Organization. (2025a, September 25). Hypertension. Retrieved June 5, 2026, from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World Health Organization. (2025b). Global report on hypertension 2025: High stakes: Turning evidence into action. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240115569>
- Zhao, X. F., Hu, H. T., Li, J. S., Shang, H. C., Zheng, H. Z., Niu, J. F., Shi, X. M., & Wang, S. (2015). Is acupuncture effective for hypertension? A systematic review and meta-analysis. *PLOS ONE*, 10(7), Article e0127019. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0127019>