

Jenis Artikel

Pengaruh Akupresur terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Gudang Kecamatan Cikalongkulon Kabupaten Cianjur Tahun 2024

Sarah Az Zahra¹, Agus Purnama^{2*}, Rina Afrina³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju, Indonesia

*Email corespondent: purnama.aguz@gmail.com

ABSTRACT

Editor: AL

Received: 2025/04/08

Reviewed: 2025/12/15

Published: 2025/12/29

Hak Cipta:

©2025 This article is open access and may be distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided that the original author(s) and source are properly cited. This work is licensed under a **Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License**.

Introduction: Hypertension is a condition in which a person experiences an increase in blood pressure with systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. It can cause many other disease complications such as coronary heart disease, stroke, heart failure, kidney failure, peripheral vascular disease and retinal vascular damage that causes vision impairment.

Objectives: To determine the effect of acupressure complementary therapy on reducing blood pressure in hypertensive patients in Gudang Village, Cikalongkulon District.

Method: The design of this study is a quantitative research using the Quasy Experimentation method. Respondents were given acupressure interventions at the Erjian (EX-HN6), Taichong (LR-3), Shenmen (HT-7) and Neiguan (PC-6) points 1 time a day for 3 consecutive days. The respondent criteria in this study were hypertensive patients who did not consume anti-hypertensive drugs.

Result: After the intervention for 3 consecutive days, the respondents showed a significant decrease in blood pressure; The mean value of systolic and diastolic blood pressure before the intervention was 148/93.7 mmHg and after the intervention was 134/85.6 mmHg. The results of the influence test gave a P-Value of < 0.001 . Acupressure intervention is effective in lowering blood pressure in people with hypertension.

Conclusion: The administration of acupressure intervention in patients with hypertension can significantly reduce blood pressure both systolic and diastolic in patients with hypertension in Gudang Village, Cikalongkulon District.

Keyword: Acupressure, Blood Pressure, Hypertension

Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit atau kelainan pada sistem kardiovaskular yang menjadi masalah serius di Indonesia dan juga di dunia.¹ Hipertensi atau istilah lain dari tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit silent killer.² Masalah umum yang muncul pada penderita hipertensi yaitu penurunan curah jantung, nyeri, kecemasan, dan banyak komplikasi medis lainnya.³ Jika hipertensi tidak diobati, maka akan menjadi faktor risiko utama penyakit neurologis, penyakit kronis, dan kematian. Hipertensi kronis merupakan faktor risiko utama untuk semua subtipe stroke, termasuk stroke iskemik, perdarahan intraserebral, dan perdarahan subaraknoid.⁴ Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) 2023 sekitar 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia berusia 30 hingga 79 tahun menderita hipertensi. Prevalensi tertinggi terdapat di Afrika, mencapai 27%, dan prevalensi terendah terdapat di Amerika Serikat, dengan prevalensi 18%.⁵ Menurut Riskesdas (2018), beberapa daerah memiliki prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu Kalimantan Selatan dengan prevalensi sebesar 44,1% dan prevalensi terendah di Papua yaitu sebesar 22,2%. Kasus hipertensi di Provinsi Jawa Barat sebanyak 41,9% dengan indikator capaian sebesar 39,8%.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dibagi menjadi dua yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan farmakologis bertujuan untuk mencegah kematian dan komplikasi dengan menjaga tekanan darah di bawah 140/90 mmHg. Pendekatan non farmakologis meliputi penurunan berat badan, pembatasan alkohol dan natrium, olahraga teratur, dan relaksasi.⁶ Akupresur adalah terapi relaksasi yang melibatkan penerapan tekanan dan pijatan pada titik-titik tertentu pada tubuh sesuai dengan prinsip akupresur. Teknik ini sangat efektif dan relatif aman karena tidak dilakukan secara invasif yang dapat membahayakan tubuh. Akupresur merupakan prosedur yang mudah dilakukan dan memiliki banyak manfaat, antara lain menurunkan tekanan darah, menghilangkan rasa lelah pada tubuh, meningkatkan sirkulasi darah, merangsang tubuh untuk melepaskan racun. Selain itu, tekanan dan pijatan pada titik-titik tertentu di permukaan kulit juga memberikan dampak positif bagi kondisi fisik, mental, dan sosial.⁷ Selaras dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan menunjukkan rata-rata tekanan darah sebelum terapi akupresur adalah 144,76/90,95 mmHg, rata-rata tekanan darah sesudah terapi akupresur adalah 140,24/86,67 mmHg, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data untuk menentukan kebijakan dalam pelaksanaan terapi komplementer bagi penderita hipertensi.² Dan menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Bomi Kim dan Hyojung Park pada tahun 2023, ditemukan perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sistolik ($p = 0,022$) dan tekanan darah diastolik ($p < 0,001$) setelah intervensi.⁸

Namun, meskipun beberapa penelitian menunjukkan efektivitas positif, terapi akupresur sebagai pengobatan konvensional belum dipahami secara tepat mengenai efeknya terhadap responden. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan keraguan terhadap keandalan sumber referensi penelitian. Untuk mengatasi kesenjangan ini, uji klinis sangat penting untuk memastikan manfaat terapi akupresur terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Dengan demikian, tujuan dari studi ini adalah untuk mengetahui pengaruh akupresur terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

Metode

Desain Studi

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi-eksperimental dengan melibatkan 18 responden, dihitung menggunakan perangkat lunak Gpower. Peneliti memasukan data ke GPower dengan menggunakan parameter berikut: Uji t test-means: Difference between two dependent means (matched pairs); skor signifikan/ α (α err prob) 0,05; statistic power ($1-\beta$ err prob) 95% (0,95) dengan effect size 0,83 dan menggunakan arah hipotesis one tails.⁹ Penelitian ini dilakukan di Desa Gudang Kecamatan Cicalongkulon Kabupaten Cianjur dan pengambilan sampel dilakukan secara random sampling yang menggunakan kriteria yang sudah dipilih oleh peneliti dalam memilih sampel.

Populasi/Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat penderita hipertensi. Sampel dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi berusia 45 tahun sampai 65 tahun. Teknik pengambilan sampel dalam

penelitian ini adalah random sampling yang disesuaikan dengan kriteria inklusi yaitu penderita hipertensi, bersedia menjadi responden, tidak mengonsumsi obat anti hipertensi, tidak obesitas, responden berusia 45 tahun sampai 65 tahun. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 18 responden.

Pertimbangan etis

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Universitas Indonesia Maju (UIMA) dengan nomor No.11994/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/XI/2024 yang berlaku selama kurun waktu tanggal 26 Desember 2024 sampai dengan tanggal 26 Desember 2025.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar data demografi dan lembar data observasi.

Analisa Data

Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa data univariat dan bivariat. Aplikasi analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah JAMOWI 2.3.28, yaitu aplikasi open source yang dapat diunduh gratis di situs web resmi. Analisis univariat menggunakan analisis deskriptif; analisis bivariat menggunakan uji normalitas shapiro-wilk; jika terdistribusi normal menggunakan uji statistik t-test dependen; dan jika tidak terdistribusi normal menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks dengan derajat kemungkinan 95% atau tingkat kesalahan 0,05.

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Reponden

Karakteristik	Kategori	(n)/mean	(%)/SD
Usia (mean, SD)	Nimerik	53,3	6,02
	Laki-laki	9	50%
Jenis Kelamin (n, %)	Perempuan	9	50%
	SD	14	77,8%
Pendidikan (n, %)	SMP	2	11,1%
	SMA	1	5,6%
	Perguruan tinggi	1	5,6%
Pekerjaan (n, %)	Bekerja	15	83,3%
	Tidak bekerja	3	16,7%

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan hasil bahwa responden laki-laki dan perempuan sama yaitu sebanyak 9 orang dengan rata-rata usia 53,3 tahun. Pada tingkat pendidikan SD menunjukkan hasil yang lebih dominan sebanyak 14 responden (77,8%). Dalam hal pekerjaan, lebih dominan responden yang memiliki pekerjaan yaitu sebanyak 15 responden (83,3%).

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan hasil perbedaan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan akupresur yaitu sebanyak 4 responden (22,2%) masuk kategori pra hipertensi, 13 responden (72,2%) masuk kategori hipertensi derajat 1 dan 1 responden (5,6%) masuk kategori hipertensi derajat 2, dengan rata-rata tekanan darah sistolik 148 dan rata-rata tekanan darah diastolik 93,7. Dan hasil perbedaan tekanan darah sesudah dilakukan akupresur pada penderita hipertensi yaitu sebanyak 4 responden (22,2%) masuk kategori normal, 13 responden (72,2%) masuk kategori pra hipertensi dan 1 responden (5,6%) masuk kategori hipertensi derajat 1 dengan rata-rata tekanan darah sistolik 134 dan rata-rata tekanan darah diastolik 85,6.

Tabel 2. Gambaran perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan akupresur pada penderita hipertensi

Karakteristik	Mean		Kategori	n	Persentase
	Sistolik	Diastolik			
Tekanan darah sebelum	148	93,7	Normal	-	-
			Pra hipertensi	4	22,2%
			Hipertensi derajat 1	13	72,2%
			Hipertensi derajat 2	1	5,6%
Tekanan darah sesudah	134	85,6	Normal	4	22,2%
			Pra hipertensi	13	72,2%
			Hipertensi derajat 1	1	5,6%
			Hipertensi derajat 2	-	-

Analisa Bivariat

Tabel 3. Pengaruh akupresur terhadap tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan akupresur pada penderita hipertensi

Kategori	SD	P	Effect size
Pre-test sistolik	9,33	<,001	-1,69
Post-test sistolik	5,04		
Pre-test diastolik	4,69	<,001	-1,89
Post-test diastolik	3,42		

Berdasarkan tabel 3. hasil uji analisa pada pre-test dan post-test sistolik didapatkan nilai p (<,001) yaitu <0,05 artinya terdapat pengaruh terhadap tekanan darah dengan effect size sebesar -1,69. Dan hasil uji analisa pre-test dan post-test diastolik didapatkan nilai p (<,001) atau <0,05 yang artinya terdapat pengaruh terhadap tekanan darah dengan effect size -1,89.

Pembahasan

Gambaran karakteristik responden penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil penelitian pada penderita hipertensi di Desa Gudang Kecamatan Cicalongkulon menunjukkan bahwa rata rata usia responden pada laki-laki dan perempuan yaitu 53,3 tahun. Hal ini diperkuat dengan teori yang menyatakan bahwa seiring bertambahnya usia, risiko hipertensi akan meningkat terutama setelah usia 45 tahun. Hal tersebut disebabkan oleh penurunan elastisitas pembuluh darah dan penurunan metabolisme tubuh yang dapat meningkatkan tekanan darah.¹⁰ Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan RD. Halim dan Agung Sutriyawan pada tahun 2022 yang menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi berusia lebih dari 45 tahun.¹¹ Selain itu pada penelitian lain diketahui bahwa tekanan darah juga meningkat seiring bertambahnya usia. Dinding arteri menebal akibat penumpukan kolagen pada lapisan otot, yang menyebabkan pembuluh darah menyempit dan menegang setelah usia 40 tahun.¹²

Hasil penelitian pada tingkat pendidikan lebih banyak pada pendidikan SD yaitu sebanyak 14 responden (77,8%). Menurut konsep teori orang yang berpendidikan akan mampu berpikir tenang terhadap suatu masalah termasuk dalam pengetahuan tentang hipertensi.¹³ Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan mempengaruhi kejadian hipertensi, dimana semakin tinggi pendidikan semakin sedikit penduduk yang menderita hipertensi.¹⁴ Pendidikan sering kali dianggap sebagai faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan kesadaran seseorang mengenai gaya hidup sehat termasuk cara pencegahan dan penanganan hipertensi. Orang dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung memiliki risiko yang lebih rendah karena mereka lebih mudah mengakses informasi kesehatan dan memiliki kemampuan untuk menerapkan pola hidup yang lebih sehat.¹⁵ Pada hasil penelitian Debriz Rizki Faisal tahun 2021 responden tertinggi dilihat dari tingkat pendidikan dengan

tingkat pendidikan SD.¹⁶

Dari hasil penelitian responden yang bekerja sebanyak 15 responden (83,3%). Sebagian besar responden pada penelitian ini bekerja sebagai petani. Pekerjaan yang melibatkan waktu kerja yang lama, beban kerja yang berat dan ketegangan emosional sering dikaitkan dengan peningkatan tekanan darah. Aktivitas fisik yang dilakukan petani dilapangan dapat membantu menurunkan tekanan darah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa orang yang aktif secara fisik memiliki risiko lebih rendah terkena hipertensi dibandingkan dengan yang banyak duduk atau tidak bergerak. Namun pada beberapa kasus jenis pekerjaan yang dilakukan petani seperti pekerjaan yang berat, paparan suhu ekstrim dan stres yang dalam jangka panjang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah.¹⁷ Dimana hasil tersebut sejalan dengan penelitian Elsi Setiandari L.O tahun 2022 yang menyebutkan bahwa berdasarkan pekerjaan responden yang bekerja lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang tidak bekerja.¹³

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti berasumsi bahwa usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi karena rata-rata responden pada penelitian ini berusia 53,3 tahun. Dimana pada usia lebih dari 45 tahun terjadi penurunan elastisitas pembuluh darah dan penurunan metabolisme tubuh yang dapat meningkatkan tekanan darah.¹⁰ Selain usia, jenis kelamin juga mempengaruhi terjadinya hipertensi. Pada pria, hal tersebut berkaitan dengan faktor hormon, gaya hidup, dan pola makan. Sedangkan pada wanita setelah menopause, mengalami peningkatan tekanan darah yang lebih drastis. Penurunan kadar estrogen setelah menopause dapat meningkatkan risiko hipertensi.¹⁸ Tingkat pendidikan juga berperan dalam pengetahuan seseorang mengenai kesehatan termasuk pencegahan dan penanganan hipertensi. Seseorang yang berpendidikan rendah seringkali memiliki pengetahuan yang kurang mengenai gaya hidup sehat, pentingnya deteksi dini dan pencegahan suatu penyakit termasuk hipertensi.¹³ Selain itu, pekerjaan juga menjadi salah satu faktor penyebab hipertensi. Dimana sebagian besar responden pada penelitian ini bekerja sebagai petani. Petani seringkali menghadapi stres karena ketidakpastian cuaca, harga jual hasil pertanian dan beban kerja yang berat. Dalam jangka panjang hal tersebut dapat berujung pada peningkatan tekanan darah.¹⁹

Tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah dilakukan akupresur pada penderita hipertensi

Berdasarkan tabel 2. didapatkan hasil penelitian pada penderita hipertensi di Desa Gudang Kecamatan Cicalongkulon menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sebelum dilakukan intervensi akupresur termasuk kategori hipertensi derajat 1 dengan rata-rata sistolik 148 mmHg dan diastolik 93,7 mmHg. Secara patofisiologis hipertensi disebabkan oleh peningkatan sistem saraf simpatik yang menghasilkan vasokonstriksi dan peningkatan denyut jantung sehingga terjadi peningkatan tekanan darah.² Tekanan darah sistolik yaitu tekanan darah pada saat ventrikel kiri jantung berkontraksi dan memompa darah ke dalam sirkulasi sistemik. Tekanan darah diastolik yaitu tekanan darah pada saat jantung berada dalam fase relaksasi.²⁰

Berdasarkan wawancara kepada responden, semua responden pada penelitian ini tidak mengkonsumsi obat antihipertensi dan sebagian responden lebih memilih mengandalkan pengobatan herbal tanpa panduan medis. Selain itu, tingginya tekanan darah dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan. Dimana usia lebih dari 45 tahun, ada teori yang menyatakan bahwa seiring bertambahnya usia, risiko hipertensi akan meningkat karena penurunan elastisitas pembuluh darah dan penurunan metabolisme tubuh yang dapat meningkatkan tekanan darah.¹⁰

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti berasumsi bahwa tekanan darah yang tinggi dapat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya yaitu ketidakpatuhan terhadap konsumsi obat antihipertensi dan penurunan elastisitas pembuluh darah karena penambahan usia.

Pengaruh akupresur terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik

Hasil penelitian pada tabel 3. menunjukkan bahwa akupresur memiliki pengaruh terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik. Secara patofisiologi hipertensi disebabkan oleh peningkatan sistem saraf simpatik yang menghasilkan vasokonstriksi dan peningkatan denyut jantung sehingga terjadi

peningkatan tekanan darah. Intervensi akupresur telah banyak disarankan sebagai pilihan alternatif yang dapat diandalkan selain obat-obatan, terutama pada penderita yang mungkin mengalami efek samping dengan obat-obatan atau penderita yang tidak patuh terhadap pengobatan.²¹ Akupresur bekerja berdasarkan prinsip dasar yang sama dengan akupunktur, yaitu dengan memberikan tekanan pada titik tertentu di tubuh untuk memicu aliran energi (Qi). Ketika berhubungan dengan hipertensi, akupresur dianggap dapat membantu menenangkan sistem saraf simpatis, mengurangi kecemasan, dan memperbaiki sirkulasi darah.² Selain itu akupresur juga dapat meningkatkan fleksibilitas pembuluh darah serta mengurangi kekakuan, sehingga berdampak pada penurunan tekanan diastolik. Di samping itu, akupresur dapat mengurangi aktivitas sistem saraf simpatis yang berkontribusi pada peningkatan tekanan darah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bom Kim dan Hyojung Park pada tahun 2023 dimana penelitiannya menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan akupresur.⁸ Selain itu didukung oleh penelitian yang dilakukan Piyus Metha menunjukkan hal yang serupa dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan akupresur dapat memodulasi sirkulasi darah sehingga terbukti efektif untuk menurunkan tekanan darah.²²

Berdasarkan hasil penelitian peneliti berasumsi bahwa akupresur secara dapat meningkatkan elastisitas pembuluh darah sehingga tidak terjadi tekanan darah tinggi. Meskipun terdapat potensi dalam menurunkan tekanan darah melalui akupresur, penting untuk memahami bahwa hasil dapat bervariasi pada setiap individu. Disarankan agar akupresur digunakan sebagai terapi tambahan bersamaan dengan perawatan medis, seperti obat antihipertensi, pola makan yang seimbang, dan olahraga.

Kesimpulan

Akupresur memberi efek yang sangat signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Studi ini dapat menjadi referensi untuk perawatan komplementer dan sebagai dasar untuk intervensi berbasis bukti yang dapat diterapkan pada penderita hipertensi. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk lebih mendalami efektivitas akupresur pada setiap individu yang memberikan dampak berbeda-beda termasuk penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik.

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan dalam bentuk apapun atau dengan organisasi manapun berdasarkan hasil penelitian ini.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dan juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung penelitian ini.

References

1. Kamelia ND, Dwi Ariyani A, Program M, S1 S, Stikes Banyuwangi K, Program D. Terapi Akupresure pada Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Nurs Inf J*. 2021;1(1):18–24.
2. Aminuddin A, Sudarman Y, Syakib M. Penurunan tekanan darah penderita hipertensi setelah diberikan terapi akupresur. *J Kesehat Manarang*. 2020;6(1).
3. Sukmadi A, Alifariki LO, Arfini Kasman A IM, Siagian HJ. Terapi Akupresur Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *J Kesehat*. 2021;9(2):109–14.
4. Surayitno E, Huzaimah N. Pendampingan lansia dalam pencegahan komplikasi hipertensi. 2020;4(November):518–21.
5. Who.int. No Title. who.int. 2023.
6. Putri M, Ludiana, Ayubbana S. *Jurnal Cendikia Muda Volume 2 , Nomor 2 , Juni 2022 ISSN : 2807-3469 THE APPLICATION OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION ON BLOOD PRESSURE Putri , Penerapan Pemberian Relaksasi PENDAHULUAN Hipertensi termasuk masalah yang besar dan serius karena sering tidak*. 2022;2:246–54.
7. Saputra A, Pebriani SH, Tafdhila T, Syafe'i A. Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Malahayati Nurs J*. 2023;5(1):80–7.

8. Kim B, Park H. The effects of auricular acupressure on blood pressure, stress, and sleep in elders with essential hypertension: a randomized single-blind sham-controlled trial. *Eur J Cardiovasc Nurs*. 2023;22(6):610–9.
9. Akhtar H. Menentukan Jumlah Sampel Minimal Penelitian dengan G*Power. *Semesta Psikometrika*. 2020.
10. Rumaf F, Tutu CG, Talamati BH. PEMETAAN PENDERITA HIPERTENSI PADA LANSIA (Studi Pada Wilayah Kerja Puskesmas Sangkub Kabupaten Bolaang Mongondow Utara). 2025;VI:27–40.
11. Halim RD, Sutriyawan A. STUDI RETROSPEKTIF GAYA HIDUP DAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA USIA PRODUKTIF. 2022;10(1):121–8.
12. Amanda D, Martini S. HUBUNGAN KARAKTERISTIK DAN OBESITAS SENTRAL DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI. 2018;6:43–50.
13. Setiandari E. Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan dan Genetik (riwayat hipertensi dalam keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi. 2022;5(4):457–62.
14. Nonasri FG. KARAKTERISTIK DAN PERILAKU Mencari Pengobatan (Health Seeking Behavior) PADA PENDERITA HIPERTENSI. 2021;02(02).
15. Gao JL, Chen G, He HQ, Liu C, He QY, Li J, et al. The effect of auricular therapy on blood pressure: A systematic review and meta-analysis. *Eur J Cardiovasc Nurs*. 2020;19(1):20–30.
16. Faisal DR, Lazwana T, Ichwansyah F, Fitria E, Kesehatan R, Riset B, et al. DI INDoNESIA DAN UPAYA PENANGGULANGANNYA Risk Factors of Hypertension for The Productive Age in Indonesia and Prevention Measures. 2022;
17. Ardiansyah MZ, Widowati E. Hubungan Kebisingan dan Karakteristik Individu dengan Kejadian Hipertensi pada Pekerja Rigid Packaging. *HIGEIA J Public Health Res Dev*. 2024;8(1):141–51.
18. Zhao ZH, Zhou Y, Li WH, Tang ZH, Xia TW, Han-Li. Auricular Acupressure in Patients with Hypertension and Insomnia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2020;2020.
19. Susanto T, Purwandari R, Wuri E. Prevalence and associated factors of health problems among Indonesian farmers *. *Chin Nurs Res*. 2017;4(1):31–7.
20. Ameer OZ. Hypertension in chronic kidney disease: What lies behind the scene. *Front Pharmacol*. 2022;13(October):1–28.
21. Restawan IG, Sjattar EL, Irwan AM. Effectiveness of acupressure therapy in lowering blood pressure in patients with hypertension: A systematic review. *Clin Epidemiol Glob Health*. 2023;21(March):101292.
22. Mehta P, Dhapte V, Kadam S, Dhapte V. Contemporary acupressure therapy: Adroit cure for painless recovery of therapeutic ailments. *J Tradit Complement Med*. 2017;7(2):251–63.