

ABSTRAK

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Karya Tulis Ilmiah
Mita Aprilia

Implementasi Terapi Komplementer Totok Punggung pada Pasien Hipertensi di
Wilayah Desa Garahan Jember

XVI + 80 hal + 6 tabel + 1 bagan + 7 lampiran

Abstrak

Pendahuluan: Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas global yang sering tidak terdeteksi karena bersifat asimtomatik. Penanganan non-farmakologis seperti terapi totok punggung dinilai memiliki potensi dalam menurunkan tekanan darah melalui mekanisme relaksasi dan stimulasi titik-titik refleksi. **Metode:** Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif yang dilakukan pada satu pasien hipertensi di Desa Garahan Jember. Intervensi yang diberikan berupa terapi totok punggung dan dilakukan selama 30 menit sekali sehari selama tiga hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi dan pengukuran tekanan darah serta skala nyeri kemudian dianalisis secara deskriptif. **Hasil:** Hasil intervensi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah dari 150/90 mmHg menjadi 140/80 mmHg setelah hari ketiga. **Diskusi:** Terapi totok punggung berpotensi sebagai intervensi komplementer dalam pengelolaan hipertensi melalui mekanisme aktivasi sistem saraf parasimpatis yang meningkatkan vasodilatasi dan mengurangi sekresi hormon stres. Hasil ini mendukung penelitian sebelumnya mengenai manfaat terapi komplementer pada hipertensi. Namun penelitian dengan desain eksperimental dan ukuran sampel lebih besar diperlukan untuk memverifikasi efektivitasnya.

Kata kunci: Hipertensi, Terapi Totok Punggung

ABSTRACT

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF JEMBER
DIPLOMA III OF NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Scientific Paper
Mita Aprilia

Implementation of Complementary Back Acupressure Therapy in Hypertensive Patients in Garahan Village, Jember

XVI + 80 hal + 6 tables + 1 bagan + 7 appendices

Abstract

Introduction: Hypertension is one of the leading causes of global morbidity and mortality, often remaining undetected due to its asymptomatic nature. Non-pharmacological interventions such as back acupressure therapy (totok punggung) have shown potential in lowering blood pressure through relaxation and stimulation of specific reflex points. **Methods:** This study employed a descriptive case study design involving a hypertensive patient in Garahan Village, Jember. The intervention consisted of back acupressure therapy administered for 30 minutes once daily over three consecutive days. Data were collected through interviews, observation, and measurements of blood pressure and pain scale, then analyzed descriptively. **Results:** The intervention resulted in a reduction of blood pressure from 150/90 mmHg to 140/80 mmHg by the third day. **Discussion:** Back acupressure therapy shows promise as a complementary intervention in hypertension management by activating the parasympathetic nervous system, promoting vasodilation, and reducing stress hormone secretion. These findings support previous research on the benefits of complementary therapies in hypertension. However, studies with experimental designs and larger sample sizes are needed to verify its effectiveness.

Keywords: Hypertension, Back Acupressure Therapy