



Penerapan Akupresur dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi

Theresia Rima Libertyani¹, Bangun Dwi Hardika^{2*}, Lilik Pranata³

¹⁻³Universitas Katolik Musi Charitas, Indonesia

*Penulis korespondensi: bangunhardika@ukmc.ac.id

Abstract. Hypertension is a chronic disease with a high prevalence worldwide and is a major risk factor for cardiovascular diseases. The management of hypertension not only relies on pharmacological therapy but also requires non-pharmacological interventions as effective complementary therapy. This study aims to analyze the implementation of health education and acupressure therapy in lowering blood pressure in hypertensive patients. This descriptive study involved three hypertensive patients from RT 35 Lebung Jaya, Talang Betutu Village, Palembang. The intervention included structured health education and acupressure therapy given over three consecutive days, with a duration of 15-20 minutes per session. The results of this study showed a reduction in systolic blood pressure between 10-20 mmHg and diastolic blood pressure between 2-7 mmHg. Additionally, there was an increase in knowledge and medication adherence among the patients. From these results, it can be concluded that the integration of health education and acupressure therapy can be an effective nursing intervention for hypertension management, particularly in a community setting. The implementation of this method is expected to become an alternative approach in managing hypertension within the community with a more holistic approach.

Keywords: Acupressure; Blood Pressure; Education; Hypertension; Intervention

Abstrak. Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang tinggi di seluruh dunia dan menjadi faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Penatalaksanaan hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan intervensi non-farmakologis sebagai terapi pendukung yang efektif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan edukasi kesehatan dan terapi akupresur dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian deskriptif ini melibatkan tiga pasien hipertensi yang berada di RT 35 Lebung Jaya, Kelurahan Talang Betutu, Palembang. Intervensi yang dilakukan meliputi edukasi kesehatan terstruktur dan terapi akupresur yang diberikan selama tiga hari berturut-turut, dengan durasi 15–20 menit setiap sesi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik antara 10–20 mmHg dan diastolik antara 2–7 mmHg. Selain itu, terdapat peningkatan pengetahuan serta kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat hipertensi. Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa integrasi antara edukasi kesehatan dan terapi akupresur dapat menjadi intervensi keperawatan yang efektif dalam pengendalian hipertensi, khususnya dalam konteks masyarakat. Penerapan metode ini diharapkan dapat menjadi alternatif dalam penanganan hipertensi di komunitas dengan pendekatan yang lebih holistik.

Kata kunci: Akupresur; Edukasi; Hipertensi; Intervensi; Tekanan Darah

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih (Sagala, 2025). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global karena prevalensinya yang terus meningkat serta kontribusinya terhadap angka morbiditas dan mortalitas. Tekanan darah merupakan gaya atau dorongan yang dihasilkan oleh darah terhadap setiap satuan luas dinding pembuluh darah (arteri) saat darah dipompa keluar dari jantung ke seluruh tubuh (Florensa, 2025). Menurut World Health Organization (2023) melaporkan bahwa lebih dari satu miliar penduduk dunia menderita hipertensi, dan sebagian besar tidak terdiagnosis atau tidak mendapatkan pengobatan yang adekuat (Waruwu et al., 2024). Hipertensi dikenal sebagai *silent killer* karena sering kali tidak menimbulkan gejala spesifik, namun berpotensi menyebabkan komplikasi serius seperti

penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung (Andrianto, 2022; Astuti & Indriyati, 2022).

Indonesia menghadapi tantangan serupa, dengan prevalensi hipertensi yang tetap tinggi meskipun terdapat upaya penurunan. Menurut data laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 di Sumatera Selatan melaporkan bahwa 20.231 orang telah didiagnosis menderita hipertensi dan menggunakan obat antihipertensi. Menurut data resmi 34,11% penduduk Indonesia yang berusia di atas 18 tahun menderita hipertensi. Provinsi Jawa Barat mencatat angka kejadian tertinggi dengan 121.153 kasus, sementara Provinsi Papua Barat memiliki angka terendah dengan 2.163 kasus. Sumatera Selatan berada di peringkat kesembilan dari 34 provinsi dengan total 20.231 kasus (Kemenkes, 2018).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan kepatuhan dan kemampuan manajemen diri pasien hipertensi (Febriyanti & Maryatun, 2024). Edukasi yang terstruktur mampu meningkatkan pemahaman pasien mengenai modifikasi gaya hidup, diet rendah garam, aktivitas fisik, serta kepatuhan minum obat. Namun demikian, pengendalian hipertensi tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis dan edukasi, tetapi juga dapat dikombinasikan dengan terapi non-farmakologis sebagai pendekatan komplementer.

Salah satu terapi non-farmakologis yang berkembang dalam praktik keperawatan adalah terapi akupresur. Akupresur bekerja melalui stimulasi titik-titik tertentu pada tubuh yang berkaitan dengan sistem sirkulasi dan regulasi tekanan darah (Aminudin & Syakib, 2020). Mekanisme fisiologis akupresur berhubungan dengan peningkatan relaksasi, penurunan aktivitas sistem saraf simpatis, serta peningkatan vasodilatasi perifer yang berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah. Beberapa penelitian melaporkan adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah intervensi akupresur dilakukan secara rutin (Saputra, 2023).

Meskipun berbagai studi telah membuktikan efektivitas edukasi kesehatan dan akupresur secara terpisah, integrasi kedua intervensi tersebut dalam asuhan keperawatan komunitas masih relatif terbatas, khususnya pada tingkat masyarakat di lingkungan RT. Penelitian mengenai penerapan akupresur dalam konteks komunitas lokal, seperti di RT 35 Lebung Jaya Kelurahan Talang Betutu Palembang, belum banyak dilaporkan secara ilmiah. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut.

Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis penerapan edukasi kesehatan dan terapi akupresur dalam menurunkan tekanan darah serta meningkatkan manajemen kesehatan pada pasien hipertensi di lingkungan masyarakat. Hasil penelitian ini

diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi keperawatan komunitas yang komprehensif dan aplikatif dalam pengendalian hipertensi.

2. KAJIAN TEORITIS

Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg yang berlangsung secara persisten (Kemenkes, 2023.p.5). Tekanan darah adalah kekuatan yang dihasilkan oleh darah saat mengalir melalui arteri ketika jantung memompa darah. Tekanan darah merupakan salah satu tanda vital yang paling penting dan memberikan informasi kritis tentang kesehatan kardiovaskuler seseorang (Khaerul, 2025). Ketika jantung berkontraksi dan darah kembali ke tubuh, tekanan di mana proses ini terjadi disebut tekanan darah diastolik, dan nilainya adalah 80 mmHg (Abriani, 2024). Hipertensi tidak memiliki satu penyebab yang jelas. Kondisi ini muncul sebagai reaksi terhadap kenaikan aliran darah dan tekanan di pembuluh darah. Namun, sejumlah variabel, termasuk merokok, konsumsi garam berlebihan, gaya hidup tidak sehat, pola makan tidak teratur, kurang olahraga, usia, kelebihan berat badan, penggunaan alkohol, dan faktor genetik, dapat secara langsung berkontribusi pada perkembangan hipertensi (Marni et al., 2023). Gejala biasanya tidak muncul sampai tekanan darah mencapai tingkat yang sangat tinggi dan tetap tinggi untuk jangka waktu yang lama (Astuti & Indriyati, 2022).

Selain pendekatan farmakologis dan edukatif, terapi non-farmakologis menjadi alternatif pendukung dalam pengendalian tekanan darah (Aminudin & Syakib, 2020). Salah satu terapi komplementer yang berkembang adalah akupresur. Akupresur merupakan teknik terapi dengan memberikan tekanan pada titik-titik meridian tertentu pada tubuh untuk menstimulasi sistem saraf dan memperlancar aliran energi (qi) (Setyowati, 2018). Secara fisiologis, stimulasi titik akupresur dapat memicu pelepasan endorfin, meningkatkan relaksasi, menurunkan aktivitas simpatis, serta memperbaiki sirkulasi darah. Mekanisme tersebut berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolic (Hidayat et al., 2022).

Akupresur merupakan tindakan untuk memberi rangsangan pada titik-titik tertentu dengan menggunakan jari tangan, akupresur merupakan terapi tradisional yang diyakini mampu membantu mempercepat proses penyembuhan (Hibatullah, 2023). Selain meningkatkan daya tahan tubuh, akupresur dapat membantu mencegah penyakit, menyembuhkan penyakit, dan membantu rehabilitasi (pemulihan). Akupresur juga dapat membantu meredakan nyeri, menurunkan nyeri punggung bawah (LBP), dan meringankan gejala penyakit, seperti menurunkan detak jantung pada pasien stroke dan meredakan nyeri serta ketidaknyamanan saat menstruasi (Valentina, 2021). Teknik pemijatan akupresur

dilakukan dengan cara menekan secara ringan, sedang, dan keras yang searah dengan arah jarum jam, sebanyak 60 putaran atau dengan istilah sedate selama 10 menit. Dalam pemijatan sebaiknya jangan terlalu keras dan membuat pasien kesakitan (Sugito, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Pengumpulan data responden ini menggunakan metode desain studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan komunitas. Pada studi kasus ini dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2025 sampai tanggal 15 Mei 2025 di RT 35 Lebung Jaya, Kelurahan Talang Betutu, Palembang. Subjek dalam studi kasus penelitian yaitu 3 orang pasien dengan diagnosis medis hipertensi berdasarkan pemeriksaan tenaga kesehatan dan memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Pasien juga mengalami masalah keperawatan berupa defisit pengetahuan dan manajemen kesehatan tidak efektif. Pemilihan subjek didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien tentang hipertensi, observasi perilaku kesehatan, pemeriksaan fisik, serta pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital yang telah dikalibrasi. Pengukuran tekanan darah dilakukan dalam posisi duduk setelah pasien istirahat selama 5 menit, dan dicatat sebelum serta setelah intervensi. Prosedur intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan rincian sebagai berikut:

Pertama, pemberian edukasi kesehatan mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, pentingnya diet rendah garam, aktivitas fisik, dan pengendalian stres. Edukasi diberikan menggunakan metode ceramah, diskusi, dan leaflet sebagai media pendukung.

Kedua, edukasi program pengobatan yang meliputi pentingnya kepatuhan minum obat, jadwal kontrol rutin, serta pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan. Pada tahap ini keluarga dilibatkan untuk memberikan dukungan dan pengawasan terapi.

Ketiga, pemberian terapi akupresur selama 15–20 menit pada titik-titik yang berhubungan dengan regulasi tekanan darah, seperti titik LI4 (Hegu) dan LV3 (Taichong). Tekanan diberikan secara perlahan dan ritmis menggunakan ibu jari dengan intensitas sedang hingga pasien merasakan sensasi nyaman.

Evaluasi dilakukan setiap hari dengan mengukur tekanan darah sebelum dan sesudah terapi serta menilai kemampuan pasien menjelaskan kembali materi edukasi yang telah diberikan. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan perubahan tekanan darah dan peningkatan pemahaman pasien selama periode intervensi. Studi kasus ini telah memperoleh persetujuan dari pasien melalui informed consent dan menjaga kerahasiaan identitas responden sesuai prinsip etik penelitian keperawatan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Adapun hasil terkait penerapan EBP pada ketiga responden yang telah dilakukan yaitu disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Perubahan Tekanan Darah Responden

Responden	Hari-1		Hari-2		Hari-3	
	Sebelum (mmHg)	Sesudah (mmHg)	Sebelum (mmHg)	Sesudah (mmHg)	Sebelum (mmHg)	Sesudah (mmHg)
R1	154/93	136/91	158/100	141/95	148/95	138/92
R2	180/102	170/100	194/92	180/90	180/92	160/90
R3	166/92	155/89	165/90	158/86	158/92	148/90

Berdasarkan hasil implementasi yang dilakukan pada ketiga responden selama tiga hari berturut-turut, diperoleh data pada Tabel 1, menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik sebesar 10–20 mmHg dan diastolik 2–7 mmHg dengan rincian sebagai berikut. Pada hari-1 responden 1 sebesar 10/3 mmHg, responden 2 sebesar 10/2, responden 3 11/3. Pada hari ke-2 nilai penurunan tekanan darah responden 1 sebesar 17/7, responden 2 14/2, responden 3 7/4. Pada hari hari-3, didapatkan nilai penurunan tekanan darah pada responden 1 10/3, responden 2 20/2, dan responden 3 10/2. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada ketiga responden, yang ditunjukkan melalui perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi diberikan.

Pembahasan

Hasil penelitian yang telah dilakukan terjadi perubahan penurunan tekanan darah secara signifikan sebelum dan setelah penerapan EBP terapi akupresur dalam menurunkan tekanan darah pada pasien Hipertensi di Lebung Jaya RT 35 Talang Betutu. Intervensi penerapan akupresur diberikan dengan durasi kurang lebih 5-10 menit, dilakukan selama tiga hari.

Penurunan tekanan darah setelah terapi akupresur dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis berupa penurunan aktivitas sistem saraf simpatis dan peningkatan relaksasi otot pembuluh darah. Stimulasi titik akupresur membantu memperbaiki sirkulasi dan mengurangi respons stres, yang merupakan salah satu faktor pemicu hipertensi. Hasil ini konsisten dengan temuan (Ni'am et al., 2022) yang melaporkan adanya penurunan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah intervensi akupresur. Terapi ini juga melancarkan peredaran darah dan menyebabkan relaksasi pada orang yang merespons, yang menyebabkan tekanan darah menurun secara bertahap (Wati & Alfiyanti, 2025).

Secara teoritis, akupresur dapat menstimulasi tubuh melalui penggunaan bagian tubuh atau alat terapi akupresur. Tujuannya adalah untuk memanipulasi tubuh agar mempengaruhi

berbagai organ tubuh sesuai dengan titik meridian untuk menstimulasi aliran energi tubuh, yang membantu setiap tubuh manusia mengelola stres dan menghasilkan hormon endorfin serta menjadi lebih rileks. Aliran darah, khususnya detak jantung, dapat secara langsung dipengaruhi oleh akupresur. Tekanan darah akan meningkat sebagai respons terhadap peningkatan detak jantung. Tekanan darah akan menurun dengan detak jantung yang lebih lambat. Selain itu, akupresur dapat langsung mengurangi ketidaknyamanan. Karena stimulasi akupresur sekecil apa pun dapat mempengaruhi detak jantung sehingga rasa sakit pun berkurang (Hidayat, 2022).

Analisis sebagai peneliti, akupresur memiliki keunggulan karena aman, murah, mudah dipelajari, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien maupun keluarga setelah mendapat edukasi dari tenaga kesehatan. Terapi ini juga berpotensi meningkatkan kenyamanan pasien dan mengurangi kebutuhan obat antihipertensi jangka panjang jika digunakan sebagai terapi komplementer. Namun, perawat perlu memastikan bahwa akupresur tidak menggantikan pengobatan medis utama dan dilakukan sesuai prosedur standar.

Studi kasus pada ketiga responden ini juga telah diberikan edukasi kesehatan terkait hipertensi dan terapi akupresur. Pemberian edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman responden mengenai penyakit hipertensi serta mendorong keterlibatan aktif responden dan keluarga dalam pengelolaan tekanan darah secara nonfarmakologis. Edukasi melalui leaflet dinilai efektif karena dapat dibaca kembali oleh responden kapan saja, sehingga membantu memperkuat informasi yang telah disampaikan secara lisan. Peningkatan pengetahuan responden mengenai hipertensi dan akupresur dapat meningkatkan kepatuhan terhadap terapi, menurunkan kecemasan, serta mendukung keberhasilan intervensi akupresur dalam menurunkan tekanan darah. Selain peningkatan pengetahuan, responden menunjukkan perubahan sikap yang positif, ditandai dengan meningkatnya minat dan motivasi untuk melakukan terapi akupresur secara mandiri di rumah.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penerapan edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan terapi akupresur menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pengobatan serta menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di lingkungan komunitas. Intervensi edukasi kesehatan dan terapi akupresur dapat digunakan sebagai bagian dari program pengelolaan hipertensi di tingkat komunitas, khususnya dalam praktik keperawatan keluarga dan puskesmas. Tenaga kesehatan perlu memberikan edukasi berkelanjutan dengan melibatkan keluarga untuk meningkatkan kepatuhan terapi akupresur secara teratur serta mengevaluasi tekanan darah dalam jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada institusi pendidikan Program Studi Keperawatan yang telah memberikan dukungan akademik dan fasilitas selama proses penelitian ini berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pasien dan keluarga yang telah bersedia menjadi responden serta berpartisipasi secara kooperatif dalam pelaksanaan intervensi. Dukungan dan kerja sama yang diberikan sangat berarti dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Ajul, K., Windahandayani, V. Y., Surani, V., & Pranata, L. (2024). Dukungan keluarga dan kepatuhan gaya hidup sehat penderita hipertensi. *18*(7), 874-880. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i7.520>
- Aminudin, S., & Syakib, M. (2020). Penurunan tekanan darah penderita hipertensi setelah diberikan terapi akupresur. *57-61*.
- Andrianto. (2022). *Buku ajar menangani hipertensi* (M. Ardiana, Ed.). Airlangga University Press.
- Apriliani Waruwu, R., Mahyunita, S., Tanjung, D., Magister Ilmu Keperawatan, P., Keperawatan, F., & Sumatera Utara, U. (2024). Evidence based practice akupresur terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi: A systematic review. *Journal.Universitaspahlawan.Ac.Id*, *5*(2), 4659-4667.
- Astuti, & Indriyati, W. (2022). *Aktivitas fisik untuk mengatasi hipertensi* (Cetakan I). Lembaga Chakra Brahmanda Lentera.
- Bangun, D. H., Vincencius, S., & Lilik, P. (2023). Hubungan insomnia terhadap tekanan darah pada lansia. *Journal of Educational Innovation and Public Health: Politeknik Pratama Purwokerto*, *1*(3), 189-194. <https://doi.org/10.55606/innovation.v1i3.1542>
- Febriyanti, R., & Maryatun, M. (2024). Penerapan akupresur dalam menurunkan hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Grabag. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, *1*(4), 179-187.
- Florensa, S. R. dkk. (2025). *Keperawatan klinis* (A. Kusnan, Ed.; Cetakan Pe). Eureka Media Aksara.
- Hibatullah, F. (2023). Teknik akupresur & murottal untuk fatigue pasien chronic kidney disease (CKD) (A. F. Qohar, Ed.). PT. Penerbit Qriset Indonesia.
- Hidayat, D. N. (2022). Penggunaan DNH akupresur sebagai alat terapi berbasis Arduino UNO terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi grade 1 (R. Kusumawati, Ed.; Cetakan I). CV. Mega Press Nusantara.
- Kemenkes. (2018). *Laporan nasional riskedas 2018* (Lembaga Penerbit Balitbangkes, p. hal 154). Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LBP). https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskedas_2018_Nasional.pdf
- Kemenkes. (2023). *Buku pedoman hipertensi 2024*. Buku pedoman pengendalian hipertensi di fasilitas kesehatan tingkat pertama, 1-71.

- Khaerul, A. (2025). *Buku ajar keterampilan dasar keperawatan* (D. P. Intan, Ed.; Cetakan I). PT. Grenn Pustaka Indonesia.
- Marni, et al. (2023). *Penatalaksanaan hipertensi* (Pertama). PT Nasya Expanding Management.
- Ni'am, M. A., Khoiriyah, K., & Samiasih, A. (2022). Penerapan akupresur terhadap penurunan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi di Desa Bermi Kabupaten Demak. *Holistic Nursing Care Approach*, 2(2), 65. <https://doi.org/10.26714/hnca.v2i2.10287>
- Pranata, L. (2020). *Fisiologi 2*. Universitas Katolik Musi Charitas : Palembang.
- Pranata, L., Fari, A. I., Suryani, K., & Handayani, V. Y. W. (2023). Edukasi dan senam hipertensi dalam menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(3), 74-80. <https://doi.org/10.56910/sewagati.v2i3.795>
- Pranata, L., Hardika, B. D., Surani, V., Suryani, K., Handayani, V. Y. W., Indaryati, S., ... & Lely, N. (2025). Edukasi interaktif "Jantung sehat kita" peningkatan pemahaman fisiologi jantung pada remaja melalui media digital. *Jurnal Pelayanan Masyarakat*, 2(4), 215-220. <https://doi.org/10.62951/jpm.v2i4.2700>
- Pranata, L., Surani, V., Suryani, K., & Fari, A. I. (2023). Understanding of research methods based on evidence-based practice in nursing for nursing students. *Jurnal kesehatan dan pembangunan*, 13(26), 174-178. <https://doi.org/10.52047/jkp.v13i26.247>
- Rahmawati, R., Indaryati, S., & Pranata, L. (2019). Relationship of drug management knowledge and drug consumption compliance in hypertension patients. *Jurnal Ilmiah Bakti Farmasi*, 4(2).
- Sagala, L. M. (2025). *Self care management pasien hipertensi dalam pengendalian tekanan darah* (Cetakan I). PT Arr Rad Pratama.
- Saputra, A., et al. (2023). Pengaruh terapi akupresur terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. 5, 80–87.
- Sartika Hanani Abriani, S. (2024). *Cegah hipertensi: Kenali pencetus dan temukan solusi* (N. Duniawati, Ed.; Cetakan Pe). CV. Adanu Abimata.
- Setyowati, H. (2018). *Akupresur untuk kesehatan wanita berbasis hasil penelitian* (K. Wijayanti, Ed.; Cetakan I). Unimma Press.
- Sugito, A. (2023). *Aromaterapi dan akupresur pada sectio caesarea*. Pustaka Rumah Cinta.
- Surani, V., Pranata, L., Sestiyowati, T. E., Anggraini, D., & Ernawati, S. (2022). Relationship between family support and self-care in hypertension patients. *Formosa Journal of Multidisciplinary Research (FJMR)*, 1(7), 1447-1458. <https://doi.org/10.55927/fjmr.v1i7.1784>
- Surani, V., Windahandayani, V. Y., & Pranata, L. (2025). Pengaruh edukasi berbasis android terhadap peran dan tugas keluarga dalam merawat pasien penyakit ginjal kronik yang menjalani hemodialisis. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(9), 2698-2706. <https://doi.org/10.33024/hjk.v19i9.1652>
- Valentina, A., et al. (2021). *Akupresur titik lokal dan segmental efektif meningkatkan produksi ASI ibu nifas* (M. H. Maruapey, Ed.). Karya Bakti Makmur.

- Wati, C. W., & Alfiyanti, D. (2025). Penerapan terapi akupresur pada titik taixi (Ki3) terhadap penurunan tekanan darah pada lanjut usia yang menderita hipertensi: Studi kasus. *Ners Muda*, 6(2), 199. <https://doi.org/10.26714/nm.v6i2.16562>
- Wiratama, A., Asnofi, F. N., Septi, A., Andini, D. F., & Pranata, L. (2023). Edukasi dan deteksi dini kesehatan (Dehidrasi, berat badan & tekanan darah) pada remaja. *Health Community Service*, 1(1), 26-28. <https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3157>