

IMPLEMENTASI MASSAGE PADA DAUN TELINGA (AURICULOTHERAPY) DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH BEKAM AL-KAAHIL JEMBER

Novita Almira Batrisya^{1*}, Wahyudi Widada²

Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jember, Indonesia

E-mail: almirabtrsy@gmail.com^{1*}, wahyudiwidada@unmuhjember.ac.id²

Abstract

Hypertension is one of the leading causes of premature death in various parts of the world. Hypertension is known as The Silent Killer because it can cause sudden death without any complaints or symptoms. Massage on the earlobe (Auriculotherapy) is a form of alternative therapy that uses stimulation at certain points on the outer ear (auricle) to help lower blood pressure in people with hypertension. The purpose of describing how the Implementation of Massage on the Earlobe (Auriculotherapy) in Lowering Blood Pressure in Hypertensive Patients at the Al-Kaahil Jember Cupping House. This research design uses a descriptive case study type, the subjects in this case study are clients with Hypertension who meet the exclusion and inclusion criteria. The focus of this case study is the Implementation of Massage on the Earlobe (Auriculotherapy), the location and time of the research at the Al-Kaahil Jember Cupping House were carried out for 3 days. The research instruments used were assessment sheets, observation sheets, Standard Operating Procedure (SOP) sheets. Data collection was carried out by interview, physical examination, and document study. Based on a case study on Mrs. S conducted for 3 days, the results showed a decrease in blood pressure and an increase in knowledge related to the management of hypertension. The application of massage on the earlobe (Auriculotherapy) is effective in lowering blood pressure.

Keywords: *Hypertension, Auriculotherapy, Blood Pressure, Massage.*

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama terjadinya kematian dini di berbagai belahan dunia. Hipertensi dikenal sebagai *The Silent Killer* karena dapat menyebabkan kematian secara mendadak tanpa adanya keluhan atau gejala. *Massage* pada daun telinga (*Auriculotherapy*) merupakan bentuk terapi alternatif yang menggunakan stimulasi pada titik-titik tertentu di telinga luar (aurikula) untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan bagaimana Implementasi *Massage* Pada Daun Telinga (*Auriculotherapy*) Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien

Article history

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism checker no 254

Doi : prefix doi :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Hipertensi di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember. Desain penelitian ini menggunakan jenis studi kasus deskriptif, subyek pada studi kasus ini adalah klien dengan Hipertensi yang memenuhi kriteria eklusi dan inklusi. Fokus studi kasus ini adalah Implementasi Massage Pada Daun Telinga (Auriculotherapy), lokasi dan waktu penelitian di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember dilaksanakan selama 3 hari. Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar pengkajian, lembar observasi, lembar Standar Operasional Prosedur (SOP). Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, pemeriksaan fisik, dan studi dokumen. Berdasarkan studi kasus pada Ny.S yang dilakukan selama 3 hari didapatkan hasil penurunan Tekanan Darah dan peningkatan pengetahuan terkait pengelolaan penyakit hipertensi. Penerapan *Massage* pada daun telinga (*Auriculotherapy*) efektif dalam menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci: Hipertensi, *Auriculotherapy*, Tekanan Darah, *Massage*.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama terjadinya kematian dini di berbagai belahan dunia. Hipertensi dikenal sebagai *The Silent Killer karena dapat menyebabkan kematian secara mendadak tanpa adanya keluhan* atau gejala. WHO menyebutkan bahwa penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi telah membunuh penduduk dunia sekitar 9,4 juta setiap tahun. Jumlah pasien hipertensi terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang semakin bertambah (Ardiansyah & Widowati, 2024).

Menurut *American Heart Association* (AHA), masyarakat Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, Namun hampir sekitar 95% kasus tidak diketahui penyebabnya (W.H.O. Hypertension. World Health Organization., 2023). Angka kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34.1% (Kemenkes RI, 2023). Jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.702.478 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2%. Dari jumlah tersebut, penderita Hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 73,8% atau 8.632.039 penduduk. Dibandingkan tahun 2022 ada peningkatan sebesar 12,2% pada penderita hipertensi di Provinsi Jawa Timur yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar pada tahun 2023.

Dalam penanganannya, hipertensi biasanya dikelola dengan kombinasi antara terapi farmakologis dan perubahan gaya hidup, seperti diet sehat, olahraga teratur, serta pengelolaan stres. Namun, terapi Pengobatan komplementer dan alternatif juga mulai banyak dikaji salah satunya *Massage* sebagai salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Purnami et al., 2023). *Massage* merupakan terapi paling efektif untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi karena dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot-otot yang kaku sehingga terjadi vasodilatasi yang menyebabkan tekanan darah turun secara stabil (Ainun et al., 2021).

Auriculotherapy adalah suatu bentuk terapi alternatif yang menggunakan stimulasi pada titik-titik tertentu di telinga luar (aurikula) untuk mengatasi berbagai masalah kesehatan fisik dan psikologis. Terapi ini didasarkan pada prinsip bahwa telinga adalah representasi mikrosistem

dari seluruh tubuh, dan setiap bagian tubuh memiliki titik refleksi yang sesuai di telinga. Stimulasi dalam *Auriculotherapy* bisa dilakukan menggunakan Pijatan (Massage), tekanan (acupressure), jarum (seperti akupunktur), listrik, laser, atau biji-bijian kecil (seperti biji Vaccaria) yang ditempelkan pada titik-titik tertentu.

Batasan masalah penelitian ini difokuskan pada tindakan keperawatan pemberian terapi Massage pada daun telinga (*Auriculotherapy*) dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember. Tujuan penulisan ini untuk menganalisis penerapan terapi pada pasien yang mengalami hipertensi. Manfaat penulisan ini secara teoritis diharapkan menjadi bahan informasi bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan mengenai penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi yang mendapat terapi massage pada daun telinga (*Auriculotherapy*). Secara praktis, bagi perawat dapat dipertimbangkan dan diintegrasikan sebagai bagian dari intervensi non- farmakologi dalam asuhan keperawatan bagi masyarakat yang mengalami hipertensi, bagi institusi pendidikan sebagai acuan kegiatan serupa, dan bagi klien dapat mencoba menerapkan terapi massage pada daun telinga (*Auriculotherapy*) secara mandiri sebagai salah satu metode untuk menurunkan tekanan darah yang aman, efektif, dan ekonomis.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus mendalam yang bertujuan memahami secara rinci implementasi terapi massage pada daun telinga (*Auriculotherapy*) di rumah bekam Al-Kaahil Jember. Subjek penelitian terdiri dari satu orang pasien dengan diagnosa medis Hipertensi. Fokus penelitian diarahkan pada pelaksanaan terapi Massage pada daun telinga (*Auriculotherapy*) dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Lokasi penelitian berada di Rumah Bekam Al-Kaahil Jember, dan dilaksanakan pada bulan Februari.

Untuk menjaga keabsahan data, peneliti memperpanjang waktu pengamatan atau tindakan yang dilakukan dan melengkapi informasi dari tiga sumber utama yaitu klien, keluarga, dan perawat yang berkaitan dengan masalah penelitian. Analisis data dilakukan sejak pengumpulan di lapangan hingga data terkumpul seluruhnya. Langkah-langkah analisis dimulai dengan pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumen yang kemudian dicatat dalam bentuk transkrip. Data hasil wawancara dikelompokkan menjadi data subjektif dan objektif, dianalisis berdasarkan hasil pemeriksaan lalu dibandingkan dengan nilai normal. Penyajian data dilakukan dalam bentuk tabel atau teks dengan jaminan kerahasiaan identitas klien. Akhirnya, kesimpulan diambil dengan membahas hasil data lapangan dan membandingkannya dengan teori atau penelitian terdahulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. HASIL

Penelitian ini dilakukan di Lingkungan Perumahan Tegal Besar Jember dengan melibatkan 1 orang yaitu Ny. S berusia 55 tahun yang dengan keluhan nyeri kepala dan Hipertensi sejak tahun 2023. Penelitian ini dilakukan selama 3 hari dengan 6 kali kunjungan dari tanggal 20 Juni 2025 sampai 22 Juni 2025. Peneliti melakukan pengkajian pada Ny.S yang berumur 55 tahun, berjenis kelamin perempuan, agama islam, pendidikan SMP. Ny.S beralamat Perumahan Villa Tegal Besar, Kedungpring, Tegal Besar, Jember. Ny.S merupakan seorang Ibu Rumah Tangga dan bekerja sebagai Asisten Rumah Tangga (ART).

Ny.S mengatakan tidak mengalami gangguan pada pola makannya, Ny.S mengatakan lebih banyak mengkonsumsi sayuran dan minuman herbal buatan sendiri. Ny.S mengatakan untuk BAB tidak ada masalah dan untuk BAKnya menjadi lebih sering 6-7 kali terumata pada malam hari dan sering terbangun malam karena BAK. Ny.S tidur 4-5 jam. Hasil pemeriksaan fisik Ny.S didapatkan tanda-tanda vital yaitu tekanan darah 182/100 mmHg, nadi 85 x/menit, suhu 36,2 C, respirasi 20 x/menit, konjungtiva sub anemis dan tidak ada pembengkakan/ edema.

Hasil pengkajian yang didapat pada tanggal 20 Juni 2025, Ny.S mengatakan nyeri kepala bagian belakang dan berat juga telinga kiri seperti berdengung. Q : nyeri terasa seperti terdindih beban berat, R: nyeri dibagian belakang kepala , S : skala nyeri 5, T : nyeri yang dirasakan hilang timbul. Ny.S mengatakan rutin minum obat hipertensi Amplodipin 10 mg 1x/sehari setiap pagi. Ny.S mengatakan aktivitasnya memasak, menyapu, mencuci baju dan jarang melakukan aktivitas berat. Untuk data psikologis Ny.S mengatakan emosinya stabil walaupun merasakan nyeri di kepala bagian belakangnya. Ny.S mengatakan sudah menerima kondisinya saat ini. Ny.S tampak sesekali meringis kesakitan dan memegang area nyerinya. Ny.S mengatakan tidak memiliki riwayat penyakit selain hipertensinya saat ini. Pada riwayat kesehatan keluarga terdapat ibu Ny. S memiliki riwayat hipertensi dan ayah Ny.S tidak memiliki riwayat penyakit sebelumnya.

b. PEMBAHASAN

Tekanan darah sistolik mengalami perbedaan antara sebelum dan setelah dilakukan tindakan *Auriculotherapy*. Penurunan tekanan darah sistolik tertinggi sebesar 30 mmHg dan penurunan terendah 2 mmHg. Sedangkan untuk penurunan tekanan darah diastolik sendiri terjadi antara 9 mmHg pada hari pertama hingga 0 mmHg (tidak terjadi perubahan) pada hari kedua dan ketiga sore hari.

Penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik disebabkan karena implementasi *Auriculotherapy* yang bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan cara merangsang titik-titik tertentu di telinga yang berkaitan dengan sistem kardiovaskular, sistem saraf otonom dan organ pengatur tekanan darah (seperti ginjal dan jantung). Terapi ini berfungsi untuk menyeimbangkan sistem tubuh secara refleksologis, menurunkan stres dan meningkatkan regulasi tekanan darah secara alami (Kim & Park, 2023).

Stimulasi yang dilakukan pada telinga akan menghantarkan sinyal dari (*Auricular Branches Of Vagus Nerves*) ABVN melalui ganglion jugular menuju *Nucleus of The Solitary Tract (NTS)* di medula oblongata, dimana NTS memegang peran dalam memediasi banyak refleks (refleks sinus karotis, refleks aorta, refleks muntah, dan refleks batuk) dan merupakan tempat untuk mengikat reseptor serotonin. Stimulus yang dilakukan pada daun telinga meningkatkan tonus vagus dan meregulasi sistem kardiovaskular, pernapasan, gastrointestinal, serta endokrin. Khusus untuk sistem kardiovaskular, stimulus pada titik *Ear Shenmen* dapat menurunkan detak jantung dan tekanan darah serta mempercepat aliran darah dan variabilitas detak jantung.

Selain itu, stimulus yang diberikan pada titik-titik akupresur di telinga akan menstimulasi sel mast untuk melepaskan histamin. Selanjutnya, histamine akan merangsang pelepasan *nitric oxide* (mediator vasodilatasi pembuluh darah) dari endotel vaskuler sehingga sirkulasi darah menjadi lancar, suplai nutrisi terpenuhi, dan oksigen yang tersebar ke seluruh tubuh dapat meningkatkan relaksasi sekaligus kualitas tidur seseorang (Muafiah, 2019).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan asuhan keperawatan pada Ny.S menunjukkan penurunan tekanan darah yang signifikan setelah dilakukan intervensi massage pada daun telinga (Auriculotherapy) dilakukan selama 10 menit, dengan Penurunan tekanan darah sistolik tertinggi sebesar 30 mmHg dan terendah 2 mmHg Sedangkan untuk penurunan tekanan darah diastolik sendiri terjadi antara 9 mmHg pada hari pertama pagi setelah implementasi Auriculotherapy hingga 0 mmHg (tidak terjadi perubahan). Hal ini membuktikan bahwa terapi massage pada daun telinga (Auriculotherapy) dapat menjadi salah satu intervensi non-farmakologis yang efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan klien dan keluarga dapat mencoba menerapkan terapi massage pada daun telinga (Auriculotherapy) secara mandiri sebagai salah satu metode untuk menurunkan tekanan darah yang aman, efektif, dan ekonomis. Bagi Tenaga Kesehatan (Perawat dan Bidan): Terapi massage pada daun telinga (Auriculotherapy) dapat dipertimbangkan dan diintegrasikan sebagai bagian dari intervensi non-farmakologi dalam asuhan keperawatan bagi masyarakat yang mengalami hipertensi. Bagi Institusi Pendidikan dan Pelayanan Kesehatan: Mempertimbangkan untuk mengadakan program-program edukasi atau lokakarya tentang manajemen hipertensi, termasuk demonstrasi aplikasi Massage pada daun telinga (Auriculotherapy), di sekolah-sekolah atau pusat kesehatan masyarakat di wilayah Jember.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainun, K., Kristina, K., & Leini, S. (2021). Terapi Massage Untuk Menurunkan Dan Menstabilkan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Abdimas Galuh*, 3(2), 328. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.5902>
- Anggriani, A., Kusumahati, E., & Mutazam, I. H. (2021). Potensi Interaksi Obat Amlodipin Pada Pasien Hipertensi Disalah Satu Puskesmas Kabupaten Sumedang. *Jurnal Riset Kefarmasian Indonesia*, 3(1), 1-9. <https://doi.org/10.33759/jrki.v3i1.108>
- Ardiansyah, M. Z., & Widowati, E. (2024). Hubungan Kebisingan dan Karakteristik Individu dengan Kejadian Hipertensi pada Pekerja Rigid Packaging. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 8(1), 141-151. <https://doi.org/10.15294/higeia.v8i1.75362>
- Chairunnisah, Z. (2022). Auriculotherapy, Terapi Kesehatan Asal Tiongkok. *Linisehat.Com*. <https://linisehat.com/auriculotherapy-terapi-kesehatan-asal-tiongkok/>
- Jabar, A. A. (2019). Ragam Manfaat Wudhu Bagi Kesehatan. *Madani*. <https://www.madaninews.id/2374/ragam-manfaat-wudhu-bagi-kesehatan.html>
- Kemendes RI, K. K. R. I. P. K. I. T. 2022. (2023). Profil Kesehatan.
- Kim, B., & Park, H. (2023). The effects of auricular acupressure on blood pressure, stress, and sleep in elders with essential hypertension: a randomized single-blind sham-controlled trial. *European Journal of Cardiovascular Nursing*, 22(6), 610-619. <https://doi.org/10.1093/eurjcn/zvad005>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu*

- Dan Praktik Kesehatan, 2(2), 100-117. <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>
- Muafiah, A. F. (2019). Pengaruh Kombinasi Akupresur Titik Ear Shenmen dan Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Kota Malang. *Ayan*, 8(5), 55. <https://repository.ub.ac.id/id/eprint/175363/7/AnikmahtulChoiriah.pdf>
- Olin and Pharm, D. (2020). Hypertension : The Silent Killer : Updated JNC-8 Guideline Recommendations.
- PERHI, K. (2021). KONSENSUS PENATALAKSANAAN HIPERTENSI 2021: Update Konsensus PERHI 2019. I-Hefcard.Com, 118.http://www.inash.or.id/upload/event/event_Update_konsensus_2019123191.pdf
- Purnami, S. W., Arlianni, K. W., Andari, S., Sagiran, S., Khoirunnisa, E., & Widada, W. (2023). Influencing factors that improve mental conditions patients with complementary therapy at Nur Hidayah Hospital, Bantul, Yogyakarta. *BIO Web of Conferences*, 75. <https://doi.org/10.1051/bioconf/20237501006>
- Pratama, A. Y., & Listyaningsih, E. (2020). Pengaruh Brain Gym Terhadap Tekanan Darah Pada Orang Dengan Hipertensi Di Rw 13 Giwangan Umbulharjo Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 42-51. <https://doi.org/10.35913/jk.v8i1.193>
- Rahma. (2022). Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Pada Pasien Hipertensi Di Rs Bhayangkara Bengkulu Tahun 2022. *Azzar Ratur Rahma M.H*, 8. 5.2017, 2003-2005.
- Rohmah & Walid, S. (2021). *Proses Keperawatan Berbasis KKNi* (A. M. Rofiq (ed.); 2 ed.). Pt. Literindo Berkah Karya.
- Romano, A. (2022). Auriculotherapy untuk Pereda Nyeri. *Evolution Medical Care*. <https://evolutionmc.com.au/auriculotherapy-for-pain-relief/>
- Susanti, E. (2024). Pedoman Hipertensi 2024. P2PTM Kememkes Republik Indonesia. <https://p2p.kemkes.go.id/pedoman-pengendalian-hipertensi/>
- Syaidah Marhabatsar, N., & Sijid, A. (2021). Review: Penyakit Hipertensi Pada Sistem Kardiovaskular. *Prosiding Biologi Achieving The Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confronting CLimate Change*. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Silvianah, A., & Indrawati, I. (2024). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 17(2), 52-61. <https://doi.org/10.56586/jk.v17i2.361>
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., Ramirez, A., Schlaich, M., Stergiou, G. S., Tomaszewski, M., Wainford, R. D., Williams, B., & Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334-1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- W. H. O. Hypertension. World Health Organization. (2023). Hypertension. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wahdini, S., Srilestari, A., Mihardja, H., & Abdullah, M. (2023). Efek Akupunktur Telinga dengan Press Needle terhadap Kecemasan Pasien yang Menjalani Prosedur Esofagogastroduodenoskopi. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 8(2), 65. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.68503>
- Yin, X. J., Wang, F., Lin, G. P., Gong, X. L., & Yao, M. Y. (2022). Effects of auricular acupressure

on depression in stroke patients: A single-blind randomized controlled trial.
Complementary Therapies in Clinical Practice, 48, 101596.
<https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2022.101596>