



HYPERTENSION THERAPY USING ACUPUNCTURE AND HERBALS OF LEDS AND CARROTS

TERAPI HIPERTENSI DENGAN AKUPUNKTUR SERTA HERBAL SELEDRI DAN WORTEL

Ulfa Nur Khasanah^{1*}, Ario Imandiri², Myrna Adianti²

¹Student of Traditional Medicine, Faculty of Vocational Studies, Universitas Airlangga

²Departement of Health, Faculty of Vocational Studies, Universitas Airlangga

ABSTRACT

Background: Hypertension or high blood pressure is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg in two measurements with an interval of five minutes in rest or quiet state. Hypertension in Traditional Chinese Medicine (TCM) is categorized in Xuan Yuan (vertigo) and Tou Tong (headache). **Purpose:** To determine the effect of acupuncture therapy using Fengchi (GB20), Taichong (LR3), Hegu (LI4) points and 2 additional points, namely Xuehai (SP10) and Chize (LU5) and herbs therapy for celery (*Apium graveolens* L.) and carrots (*Daucus carota* L.) for people with hypertension. **Methods:** Treatment of hypertension with acupuncture and herbs therapy. Acupuncture therapy was carried out at Fengchi (GB20), Taichong (LR3), Hegu (LI4) points with the principle of liver fire sedation and Xuehai (SP10) and Chize (LU5) with the tonification principle. In herbs therapy, patients were given fresh celery (*Apium graveolens* L.) and carrots (*Daucus carota* L.) which had a hypotensive effect. **Results:** Hypertension treatment with acupuncture therapy was given 12 times, 3 times a week. Herbs therapy was given for 4 weeks, taken once a day in the afternoon with a dose of 200 ml. This therapy could reduce the patient's blood pressure. **Conclusion:** Acupuncture therapy in Fengchi (GB20), Taichong (LR3), Hegu (LI4) Xuehai (SP10), Chize (LU5) plus fresh celery herbs (*Apium graveolens* L.) and carrots (*Daucus carota* L.) could reduce blood pressure and additional complaints in hypertensive patients

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang. Hipertensi dalam ilmu Tradisional Chinese Medicine (TCM) dikategorikan dalam Xuan Yuan (vertigo) dan Tou Tong (sakit kepala). Tujuan: Untuk mengetahui efek terapi akupunktur menggunakan titik Fengchi (GB20), Taichong (LR3), Hegu (LI4) dan 2 titik tambahan yaitu Xuehai (SP10) dan Chize (LU5) serta terapi herbal seledri (*Apium graveolens* L.) dan wortel (*Daucus carota* L.) terhadap penderita hipertensi. Metode: Penanganan hipertensi dengan metode terapi akupunktur dan herbal. Terapi akupunktur dilakukan pada titik Fengchi (GB20), Taichong (LR3), Hegu (LI4) dengan prinsip sedasi api hati dan titik Xuehai (SP10) dan Chize (LU5) dengan prinsip tonifikasi. Pada terapi herbal pasien diberikan herbal seledri segar (*Apium graveolens* L.) dan wortel (*Daucus carota* L.) yang

Case Study
Studi Kasus

ARTICLE INFO

Received 20 Juni 2018
Accepted 14 September 2018
Online 30 November 2018

* Correspondence (Korespondensi):
Ulfa Nur Khasanah

E-mail:
ulfakhasanah09@yahoo.co.id

Keywords:
Hypertension, Acupuncture, Herbal

memiliki efek hipotensif. **Hasil:** Penanganan hipertensi dengan terapi akupunktur yang diberikan sebanyak 12 kali, 3 kali dalam seminggu. Terapi herbal diberikan selama 4 minggu, diminum 1 kali sehari pada sore hari dengan dosis 200 ml. Terapi ini dapat menurunkan tekanan darah pasien. **Kesimpulan:** Terapi akupunktur pada titik Fengchi (GB20), Taichong (LR3), Hegu (LI4) dengan prinsip sedasi api hati dan titik Xuehai (SP10) dan Chize (LU5) dan herbal seledri segar (*Apium graveolens* L.) dan wortel (*Daucus carota* L.) dapat menurunkan tekanan darah dan keluhan tambahan lainnya pada pasien hipertensi.

Kata kunci:
Hipertensi, Akupunktur, Herbal

PENDAHULUAN

Hipertensi atau darah tinggi diartikan sebagai peningkatan tekanan darah secara terus menerus sehingga melebihi batas normal. Hipertensi sering dikatakan sebagai *silent killer*, karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai dengan gejala – gejala terlebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya (Situmorang, 2015). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada waktu dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang (Kementrian Kesehatan RI, 2014).

Berdasarkan Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2013 menunjukkan adanya peningkatan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil wawancara dari 7,6% pada tahun 2007 menjadi 9,5% pada tahun 2013. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8% tertinggi di Bangka Belitung 30,9%, diikuti Kalimantan Selatan 30,8%, Kalimantan Timur 29,6% dan Jawa Barat 29,4% (Kemenkes RI, 2014).

Menurut TCM, hipertensi esensial termasuk dalam kategori *Xuan Yuan* (vertigo) dan *Tou Tong* (sakit kepala) hal ini terutama disebabkan oleh cedera mental, menyebabkan stagnasi *Qi* hati dan selanjutnya *Yang* hati membara dengan defisiensi *Yin* ginjal, dan oleh diet yang tidak semestinya hasilnya adalah defisiensi limpa dan akumulasi lembab di dalam tubuh. Hipertensi esensial umumnya dibagi menjadi 4 tipe, hiperaktivitas api hati, akumulasi dari lembab, hiperaktivitas *Yang* dan defisiensi *Yin*, dan defisiensi *Yin Yang*. Titik pada meridian kandung kemih, hati, ginjal, kandung empedu sering dipakai sebagai perawatan (Yin and Liu, 2000).

Penanggulangan hipertensi dibutuhkan untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Penanggulangan atau terapi hipertensi dapat dilakukan dengan non-farmakologis (seperti upaya penurunan berat badan dan pembatasan asupan garam), penanggulangan farmakologis (terapi dengan obat antihipertensi seperti diuretika, *beta blocker*, *ace-inhibitor*, *ca blocker*), dan terapi hipertensi dengan herbal (penggunaan bahan alami seperti tanaman obat secara tradisional atau tanaman yang sudah teruji secara klinis maupun preklinis) (Saputra, 2016).

Terapi akupunktur dapat mengharmonisasikan aliran *Qi* dan darah sehingga akan merelaksasikan spasme otot dan menurunkan tekanan darah (Hasnah dan Ekawati, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Hasnah dan Ekawati tahun 2016 menyebutkan bahwa penusukan pada titik di meridian diantaranya titik *Hegu* (LI 4), *Quchi* (LI 11), *Zusanli* (ST 36), *Taichong* (LR 3) dapat menurunkan tekanan darah sistol 10,95% dan untuk tekanan darah diastol 19,59% dalam waktu satu minggu sebanyak tiga kali terapi. Selain terapi akupunktur, pengobatan hipertensi bisa dikombinasikan dengan pemberian terapi herbal. Salah satu herbal yang dapat membantu menurunkan tekanan darah adalah seledri dan wortel. Seledri (*Apium graveolens* L) sebagai vasodilator. Wortel (*Daucus carota* L) dapat menurunkan tekanan darah disebabkan karena wortel memiliki kandungan kalium (Tela, 2017).

ANALISIS KASUS

Pasien adalah seorang wanita berusia 39 tahun, bertempat tinggal di Surabaya. Pasien beragama Islam dan merupakan keturunan suku Jawa. Pasien sudah menikah dan memiliki dua orang anak. Aktivitas pasien sehari-hari adalah sebagai karyawan di sebuah pabrik.

Pada saat dilakukan pemeriksaan, pasien dalam keadaan sadar. Pasien memiliki ekspresi wajah datar dengan warna wajah kuning kecoklatan (sawo matang). Pasien memiliki sinar mata sayu. Pasien memiliki bentuk badan normal (tidak gemuk dan tidak kurus), gerak-gerik pasien lambat. Pasien memiliki kulit sedikit lembab dan kulit sawo matang. Pasien memiliki rambut panjang, tipis, hitam dan lurus. Pasien memiliki mata yang simetris dan hidung tidak mengeluarkan ingus. Telinga tidak menggunakan alat bantu dengar dan warna bibir merah kering. Berdasarkan pengamatan lidah pasien didapatkan otot lidah berwarna merah muda dengan otot lidah yang tebal, terdapat tapal gigi di samping kanan dan kiri lidah dan selaput lidah putih tipis.

Berdasarkan observasi menggunakan indra penciuman dan pendengaran pada pasien, pasien tidak mengeluarkan keringat dengan bau yang menyengat. Pasien juga tidak memiliki bau mulut yang menyengat. Tidak dilakukan pemeriksaan pada feses. Pasien sering

mengambil nafas, tidak ada suara batuk maupun serak, dan suara pasien terdengar jelas.

Pasien memiliki keluhan utama yaitu pasien mengeluhkan pusing di belakang leher (tengkuk), tengkuk terasa berat dan kaku dan memiliki keluhan tambahan yaitu pasien juga sering mengalami kesemutan pada jari-jari tangan. Badan pasien sering mengalami pegal-pegal dan saat pusing mata menjadi merah. Pasien terkadang mengeluhkan mual dan muntah saat hipertensinya kambuh. Saat muntah keluar cairan asam yang berwarna putih atau kuning, setelah muntah pasien merasa lebih baik.

Pasien memiliki keluhan utama hipertensi sejak tiga tahun terakhir. Setiap hari pasien mengonsumsi obat *losartan potassium* sebanyak setengah tablet. Hipertensi yang dimiliki pasien sering kambuh ketika pasien merasakan kecapekan atau merasa stres. Pasien memiliki riwayat penyakit gatal yang sudah diderita semenjak pasien berumur 20 tahun. Dokter mendiagnosis penyakit gatalnya dikarenakan alergi dingin. Rasa gatal yang dirasakan oleh pasien terletak di area kaki, yang meninggalkan bekas kehitaman. Bekas kehitaman akan terasa perih dan berwarna merah apabila terkena air. Bila rasa gatal kambuh pasien akan mengoleskan salep *ikaderm clobetasol propionate* yang diresepkan oleh dokter. Pasien mengalami dispepsia. Dispepsia yang diderita oleh pasien kurang lebih tiga tahun terakhir. Dispepsia akan kambuh apabila pasien mengonsumsi makanan asam atau kopi. Setelah makan dispepsia pasien akan sembuh. Riwayat penyakit keluarga disangkal.

Pemeriksaan pada hal-hal umum didapatkan pasien menyukai lingkungan yang dingin. Lingkungan rumah

yang ditinggali pasien adalah panas dengan sistem ventilasi yang tidak baik sehingga menyebabkan matahari tidak dapat masuk ke dalam rumah. Pasien buang air besar (BAB) dalam sehari 1 kali dengan feses yang padat, berbau tidak menyengat, warna kuning (seperti kunyit busuk). Frekuensi buang air kecil (BAK) 3-4 kali dalam satu hari dengan warna urin kekuningan dan berbau tidak menyengat. Pasien adalah seseorang yang tidak mudah haus dan sedikit minum, air yang dikonsumsi pasien kurang lebih sebanyak 600 ml dalam waktu satu hari. Pasien menyukai makanan asin, dalam keseharian masakan pasien selalu asin dan pasien sering makan ikan pindang. Pasien menyukai minuman yang dingin, setiap hari pasien minum es. Kesukaan pasien yaitu makan gorengan. Setiap hari makanan yang dimasak oleh pasien adalah makanan yang digoreng. Siklus tidur pasien cukup, 7-8 jam/hari dengan kualitas tidur yang baik, tidur pasien nyenyak dan tidak pernah terbangun di malam hari. Pasien sering merasakan mengantuk. Pasien mengalami menstruasi yang teratur, satu bulan sekali dengan warna darah merah kehitaman dan ada sedikit gumpalan kental.

Pasien mengalami sakit kepala, pusing, mata merah, emosi, penglihatan kabur, mulut kering, tendon kaku dan kencang hal ini menunjukkan adanya gangguan yang berhubungan dengan organ hati. Pasien mengeluhkan mudah capek, dispepsia, dan muntah cairan asam yang menunjukkan adanya gangguan yang berhubungan dengan organ limpa dan lambung. Pasien mengalami nafas pendek, suara lemah, kurang bersemangat, dan memiliki penyakit alergi terhadap dingin yang menunjukkan adanya gangguan yang berhubungan

Tabel 1. Data nyeri tekan pada titik *Shu* dan *Mu* organ *Zhang-Fu*

Organ	Shu belakang	Mu depan
Paru	Enak tekan	Enak tekan
Usus besar	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Limpa	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Lambung	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Jantung	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Usus kecil	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Kandung kemih	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Ginjal	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Pericardium	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Sanjiao	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Kandung empedu	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan
Hati	Nyeri tekan	Nyeri tekan

Keterangan:

Nyeri tekan : Ekses
 Enak tekan : Defisiensi
 Tidak ada keluhan : Normal

dengan organ paru. Pengukuran tekanan darah pada pasien menunjukkan skala 140/100 mm/Hg.

Pada perabaan titik *Shu* dan *Mu* didapatkan hasil sebagai berikut: Pada organ paru terasa enak ketika ditekan dan pada organ hati terasa nyeri ketika ditekan (Tabel 1).

Perabaan nadi *Chun*, *Guan*, *Che* bertujuan untuk mengetahui prognosis dan perkembangan penyakit

pada pasien. Pada pemeriksaan nadi pasien didapatkan hasil seperti pada Tabel 2.

Terapi akupunktur yang dilakukan pada titik yang dipilih memiliki fungsi yang berbeda. Pemilihan titik *Fengchi* (GB20) dipilih untuk membersihkan api di kepala, mata dan mengurangi nyeri pada kepala. Titik *Taichong* (LR3) merupakan titik *Shu* dan *Yuan* dari meridian hati dipilih untuk mengurangi api hati, menguatkan limpa dan menghilangkan kelembaban. Titik *Hegu* (LI4) merupakan titik *Yuan* meridian *Yang Ming* tangan usus besar dipilih untuk menghilangkan panas dan menurunkan tekanan darah tinggi (Yin and Liu, 2000). Dua titik tambahan yaitu titik *Xuehai* (SP10) merupakan titik yang digunakan untuk alergi, urticarial, dan sakit kulit kronis dan titik *Chize* (LU5) merupakan titik He meridian paru yang digunakan untuk penyakit bersifat *Shi*. Terapi herbal diberikan pada pasien selama 4 minggu. Selama perawatan tersebut pasien diberikan herbal berupa air perasan seledri (*Apium graveolens* L.) sebanyak 20 gram dan wortel (*Daucus carota* L.) sebanyak 100 gram dengan dosis 200 ml dalam waktu sehari satu kali minum pada sore hari.

Tabel 2. Pemeriksaan nadi

Nadi umum : kuat, dalam, cepat. (90 kali denyutan dalam 1 menit)

Nadi	Kanan	Kiri
Chun	Dalam	Kuat
Guan	Tenang lambat	Tegang dawai, cepat
Che	Tenggelam	Tenggelam

Keterangan :

- Nadi dalam : Nadi dalam dapat terasa dengan sentuhan ringan, sedangkan saat pelekatan nadi tidak terasa.
- Nadi kuat : Denyutan dari nadi yang terlalu kuat pada tiga lokasi dari Cunkou terasa kuat ketika menggunakan tekanan ringan dan kuat.
- Nadi tegang dawai : Terasa lurus, panjang dan tegang, seperti perasaan menekan tali alat musik yang tegang.
- Nadi cepat : Frekuensi denyutan > 90/ menit.
- Nadi tenang : Denyutan mengambang besar dan tidak berakar.
- Nadi lambat : Frekuensi denyutan < 60/ menit.
- Nadi tenggelam : Nadi tidak terasa dengan cara lekat, dengan cara tekan baru terasa.

HASIL

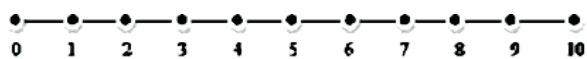
Pasien merasakan perubahan signifikan setelah dilakukan terapi. Keluhan pasien berupa kepala pusing, kesemutan pada jari tangan, dan perasaan mual hilang setelah akhir terapi tahap 4 seperti ditunjukkan pada Tabel 3. Hasil pemeriksaan tensi sebelum dan setelah terapi akupunktur dan herbal ditunjukkan pada Tabel 4.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis kasus pasien menurut TCM hipertensi yang dialami pasien termasuk sindrom hiperaktivitas api hati. Prinsip terapi yang dilakukan

Tabel 3. Hasil Perawatan Selama Terapi Dilaksanakan

Keluhan	Sebelum Terapi (Hari ke 0)	Akhir Terapi Tahap 1 (Hari ke 8)	Akhir Terapi Tahap 2 (Hari ke 15)	Akhir Terapi Tahap 3 (Hari ke 22)	Akhir Terapi Tahap 4 (Hari ke 28)
Utama:					
Skala Pusing	7	5	1	1	0
Tambahan:					
Kesemutan jari tangan	5	3	1	0	0
Mual muntah	5	0	2	0	0



Keterangan :

- 0 : Tidak ada keluhan
- 1-3 : Keluhan ringan
- 4-6 : Keluhan sedang
- 7-10 : Keluhan parah (McCaffery, et.al. 1989)

Tabel 4. Hasil pemeriksaan tensi saat terapi akupunktur dan herbal

Tanggal	Keluhan	Tensi Sebelum terapi	15 Menit Setelah Tindakan	30 menit Setelah tindakan
4-05-2018	Tidak ada keluhan	159/96 mmHg	145/94 mmHg	140/92 mmHg
7-05-2018	Tidak ada keluhan	154/102 mmHg	142/96 mmHg	162/103 mmHg
9-05-2018	Pusing skala 7	162/106 mmHg	156/102 mmHg	143/91 mmHg
11-05-2018	Tidak ada keluhan	140/94 mmHg	133/93 mmHg	139/94 mmHg
14-05-2018	Tidak ada keluhan	127/86 mmHg	131/88 mmHg	125/84 mmHg
16-05-2018	Dispepsia	114/79 mmHg	145/91 mmHg	133/85 mmHg
18-05-2018	Badan capek	121/81 mmHg	119/79 mmHg	125/82 mmHg
21-05-2018	Tidak ada keluhan	110/75 mmHg	116/79 mmHg	107/78 mmHg
23-05-2018	Pusing skala 2	113/72 mmHg	108/73 mmHg	110/76 mmHg
25-05-2018	Badan capek	110/73 mmHg	117/76 mmHg	114/75 mmHg
28-05-2018	Pusing skala 3	123/77 mmHg	110/77 mmHg	114/77 mmHg
30-05-2018	Tidak ada keluhan	127/83 mmHg	17/76 mmHg	112/75 mmHg

menggunakan teknik sedasi (melemahkan). Terapi yang dilakukan pada kasus ini adalah menenangkan hati dan mengurangi api (Yin and Liu, 2000). Sedangkan prinsip terapi herbal yang diberikan pada pasien adalah untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan hasil terapi, didapatkan pasien pada awalnya mengeluhkan pusing di tengkuk, setelah diberikan terapi akupunktur pada titik *Fengchi* (GB20), *Taichong* (LR3) dan *Hegu* (LI4) serta dua titik tambahan yaitu *Xuehai* (SP10) dan *Chize* (LU5) serta herbal seledri (*Apium graveolens* L.) dan wortel (*Daucus carota* L.) pasien mengalami penurunan tekanan darah pada akhir terapi tahap ke satu.

Dari pemberian terapi akupunktur dan terapi herbal dapat dilihat terjadi perubahan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik, keluhan utama, dan keluhan tambahan. Perubahan terlihat pula pada lidah pasien dari sebelum terapi hingga akhir terapi minggu ke-4. Berdasarkan gambar 1, dapat dilihat perkembangan lidah pasien. Sebelum terapi menunjukkan lidah berwarna merah muda dengan otot yang tebal, terdapat tapal gigi di samping kanan dan kiri lidah, selaput lidah putih tipis. Kondisi lidah yang seperti ini menunjukkan adanya patogen api di organ hati. Pada akhir terapi minggu ke-4, lidah pasien berwarna merah muda dengan otot yang tipis, tapal gigi di samping kanan dan kiri lidah sudah berkurang yang menunjukkan adanya perbaikan serta selaput lidah putih tipis. Kondisi ini menunjukkan patogen api di dalam hati berkurang.



Berdasarkan terapi yang telah dilakukan, pasien mengalami penurunan pada keluhan utama yaitu pusing. Sebelum dilakukan terapi, pasien bercerita bahwa pusing dirasakan di belakang kepala (tengkuk) dengan skala 7 (skala 0-10). Pusing yang dirasakan ketika pasien kelelahan atau mengalami stres. Setelah dilakukan terapi, pusing yang dirasakan secara bertahap mengalami

penurunan sesuai dengan Tabel 3. Penggunaan Zusanli (ST36), Taichong (LR3), Sanyinjiao (SP6) dan Guilai (ST29) mampu mengurangi rasa pusing dari skala 3 menjadi 0 pada pasien yang mengalami menstruasi yang tidak teratur (Izzaty et al., 2017).

Pada terapi ketiga pasien mengalami kenaikan tekanan darah 162/106 mmHg. Pasien merasa pusing dengan skala 7 (skala 0-10) dan mata terlihat merah. Hal ini disebabkan karena pasien kurang dapat mengontrol emosi dan merasa stres karena pada tahap terapi ini saat di pabrik pasien menghilangkan emas seberat 1 gram dan saat di rumah ada saudara ipar pasien yang datang membawa selingkuhannya. Sehingga mengakibatkan api pada organ hati. Pada terapi keenam pasien mengalami dispepsia, dikarenakan saat puasa pertama pasien tidak minum obat promag saat sahur. Pada terapi kesebelas pasien mengalami pusing dengan skala 3 (skala 0-10), dikarenakan pasien stres memikirkan nilai ujian anaknya yang rendah. Namun pasien tidak mengalami kenaikan tekanan darah. Pada terapi kedelapan pasien sudah tidak menggunakan titik tambahan lagi yaitu *Xuehai* (SP10) dan *Chize* (LU5), dikarenakan pasien merasa sakit dan kemeng saat ditusuk pada titik tersebut.

Tekanan darah pasien cenderung tinggi saat sebelum terapi dan setelah terapi cenderung turun baik pada 15 menit atau 30 menit memiliki kecenderungan lebih rendah. Efek terapi semakin meningkat tapi hal ini tidak terus terjadi dimana terjadi kenaikan pada 15 menit atau 30 menit ini diakibatkan emosi pasien selama masa tersebut tidak bisa dikontrol dengan baik. Mulai terapi kelima tekanan darah pasien sudah normal, tekanan sistolik dibawah 130 mmHg dan stabil selalu dibawah 130 mmHg.

Herbal yang digunakan pada kasus hipertensi adalah herba seledri (*Apium graveolens* L.) dan wortel (*Daucus carota* L.). Herba seledri yang digunakan sebanyak

Tahap Terapi	Gambar Lidah	Keterangan
Sebelum terapi		Lidah berwarna merah muda dengan otot lidah yang tebal, terdapat tapal gigi di samping kanan dan kiri lidah, selaput lidah putih tipis.
Sesudah Terapi		Lidah berwarna merah muda dengan otot lidah yang tipis, tapal gigi di samping kiri dan kanan berkurang yang menunjukkan adanya perbaikan, selaput lidah putih tipis.

Gambar 1. Kondisi lidah sebelum dan sesudah terapi

20 gram dan wortel 100 gram dengan air 200 ml. Air perasan seledri dan wortel sebanyak 200 ml diberikan selama 4 minggu serta diminum pada sore hari. Nuraini menyebutkan bahwa seledri mengandung beberapa kandungan penting untuk menurunkan tekanan darah, antara lain magnesium, *pthalides*, *apigenin*, kalium dan *asparagin*. Magnesium dan *pthalides* berperan melenturkan pembuluh darah. *Apigenin* berfungsi untuk mencegah penyempitan pembuluh darah dan tekanan darah tinggi. Kalium dan *asparagin* bersifat diuretik, yaitu memperbanyak air seni sehingga volume darah berkurang (Nuraini, 2015). Wortel dapat menurunkan tekanan darah disebabkan karena wortel memiliki kandungan kalium. Kalium merupakan kandungan mineral yang baik untuk menurunkan atau mengendalikan tensi. Kalium bersifat sebagai diuretik yang kuat sehingga membantu menjaga keseimbangan air, tekanan darah, keseimbangan asam basa, melancarkan pengeluaran air kemih, membantu melarutkan batu pada saluran kemih, kandung kemih dan ginjal. Kalium juga memiliki fungsi sebagai vasodilatasi pada pembuluh darah (Tela, 2017).

Berdasarkan hasil perawatan yang dilakukan kepada pasien hipertensi selama 4 minggu menggunakan terapi akupunktur dan herbal, didapatkan sebuah hasil yaitu tekanan darah pasien turun menjadi 127/83 mmHg yang semula sebelum terapi yaitu 159/96 mmHg. Pasien sudah tidak merasakan pusing di belakang kepala (tengkuk). Selain itu keluhan tambahan yaitu kesemutan jari-jari tangan dan mual muntah sudah tidak dirasakan lagi. Hal ini menunjukkan bahwa organ hati dapat menjalankan fungsinya dengan lebih baik. Sesuai JNC VII pasien mengalami hipertensi tahap 1, namun setelah dilakukan

terapi akupunktur dan herbal menjadi prehipertensi. Namun, menurut JNC 8 sudah normal.

Terapi herbal bisa berpengaruh untuk perawatan rutin untuk menormalkan tekanan darah. Setelah 1 bulan tindakan kondisi pasien tidak terlalu berubah saat proses terapi, pasien masih melakukan aktivitas dan pola makan yang sama yang hasilnya menunjukkan bahwa tekanan darah pasien normal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus yang dilakukan pada penanganan hipertensi menggunakan titik *Fengchi* (GB20), *Taichong* (LR3) dan *Hegu* (LI4) serta dua titik tambahan yaitu *Xuehai* (SP10) dan *Chize* (LU5) yang dilakukan selama empat minggu, satu minggu dilakukan tiga kali terapi. Terapi herbal yang diberikan berupa air perasan seledri (*Apium graveolens* L.) dan wortel (*Daucus carota* L.) sebanyak 200 ml diminum satu kali pada sore hari diberikan selama masa perawatan empat minggu. Terapi akupunktur dan terapi herbal dapat menangani pasien hipertensi serta diperoleh hasil tekanan darah yang sebelumnya 159/96 mmHg turun menjadi 127/83 mmHg.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi terhadap studi kasus ini. Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam studi kasus ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Hasnah, Ekawati, D. 2016. Pengaruh Terapi Akupunktur pada Pasien Hipertensi di Balai Kesehatan Tradisional Masyarakat Makassar. *Journal of Islamic Nursing* Vol. 1(1). Pp. 41-46.
- Izzaty, N.R., Imandiri, A., Suciati. 2017. Secondary Amenorrhea Therapy with Accupuncture and Turmeric - Fenugreek Herbal. *Journal of Vocational Health Studies* Vol. 1(1). Pp. 27–31.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. Infodatin (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI). Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- McCaffery, M., Beebe, A. 1989. *Pain: Clinical manual for nursing practice*. St. Louis: CV Mosby Company.
- Nuraini, B. 2015. Risk Factors of Hypertension. *Jurnal Majority* Vol. 4(5). Pp. 10-19.
- Saputra, O., Triola F. 2016. Khasiat Daun Seledri (*Apium graveolens*) Terhadap Tekanan Darah Tinggi pada Pasien Hiperkolesterolemia. *Jurnal Majority* Vol. 5(02). Pp. 120-125.
- Situmorang, P.R. 2015. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Penderita Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Muriara Medan Tahun 2014. Medan: STIKES Imleda Medan.
- Tela, I. 2017. Pengaruh Pemberian Jus Wortel (*Daucus carota* L) terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja UPK Puskesmas PaL Tiga Kecamatan Kota Pontianak. Pontianak: Universitas Tanjungpura.
- Yin, G., Liu, Z. 2000. *Advance Modern Chinese Acupuncture Terapy*. Beijing: New World Press.