# Pengenalan Akupunktur Sebagai Terapi Pendukung Untuk Diabetes dan Hipertensi

**Maria Magdalena Riyaniarti Estri wuryandari[1*], Hartati Tuna[2], Nita Damayanti[3], Suwarno[4]**

[1)] Program Studi S1 Farmasi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri
[2)] Program Studi D3 Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri
[3)] Program Studi S1 Kedokteran Gigi Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri
[4)] Program Studi D4 PTT Institut Ilmu Keehatan Bhakti Wiyata Kediri

email: mm.riyaniarti@iik.ac.id

**Abstrak**

Diabetes mellitus dan hipertensi merupakan dua penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia dan berdampak signifikan terhadap kualitas hidup penderitanya. Terapi medis konvensional seringkali memerlukan pendekatan pendukung guna meningkatkan efektivitas pengobatan dan kualitas hidup pasien. Akupunktur, sebagai salah satu bentuk pengobatan tradisional Tiongkok, telah menunjukkan potensi dalam mengatur metabolisme glukosa serta menurunkan tekanan darah melalui mekanisme neuroendokrin dan peningkatan sirkulasi darah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan layanan akupunktur sebagai terapi pendukung bagi masyarakat penderita diabetes dan hipertensi di wilayah desa Larangan Utara Tangerang. Metode kegiatan pengabdian Masyarakat ini mencakup penyuluhan kesehatan, pemeriksaan sesi konsultasi, dan pemberian terapi akupunktur secara berkala. Hasil kegiatan menunjukkan adanya respon positif dari peserta baik dari segi pemahaman tentang penyakit maupun penurunan keluhan subjektif yang berkaitan dengan tekanan darah dan kadar gula darah. Diharapkan program ini dapat menjadi model integrasi terapi komplementer dalam upaya promotif dan preventif di layanan kesehatan Masyarakat

**Kata kunci:** Akupunktur, Diabetes Mellitus, Hipertensi, Pengabdian Masyarakat

***Abstract***

*Diabetes mellitus and hypertension are two chronic diseases whose prevalence continues to rise in Indonesia and significantly impact the quality of life of those affected. Conventional medical therapy often requires supportive approaches to enhance treatment effectiveness and improve patients' quality of life. Acupuncture, as a form of traditional Chinese medicine, has shown potential in regulating glucose metabolism and reducing blood pressure through neuroendocrine mechanisms and improved blood circulation. This community service activity aims to provide education and acupuncture services as a supportive therapy for people with diabetes and hypertension in the Larangan Utara village area, Tangerang. The activity method includes health counseling, consultation sessions, and periodic acupuncture therapy. The results of the activity indicate a positive response from the participants, both in terms of understanding the diseases and the reduction of subjective complaints related to blood pressure and blood sugar levels. It is hoped that this program can serve as a model for integrating complementary therapies in the promotional and preventive efforts of public health services.*

***Keywords:*** *Acupuncture, Diabetes Mellitus, Hypertension, Community Service*

## PENDAHULUAN

Sebagian besar penduduk di wilayah ini bekerja sebagai karyawan di berbagai perusahaan yang berada di Jakarta. Namun, rutinitas yang padat sering kali mengakibatkan kurangnya perhatian terhadap kesehatan di kalangan warga. Banyak dari mereka yang menghadapi masalah kesehatan seperti hipertensi dan diabetes. Masalah ini umumnya disebabkan oleh pola hidup yang kurang sehat, termasuk kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman yang tidak sehat serta kurangnya aktivitas fisik. Selain itu, menjamurnya kafe-kafe dan tempat nongkrong yang menyajikan minuman dan makanan tinggi gula juga berkontribusi pada peningkatan jumlah penderita diabetes dan hipertensi di wilayah ini. Meskipun demikian, wilayah ini memiliki potensi besar untuk beradaptasi dan menerima program kesehatan, asalkan diberikan dukungan dan edukasi yang tepat kepada masyarakat.

Diabetes mellitus dan hipertensi merupakan dua penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat di Indonesia. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi diabetes mellitus pada penduduk usia ≥15 tahun mencapai 10,9%, sementara hipertensi

mencapai 34,1%. Kedua penyakit ini tidak hanya menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas, tetapi juga memberikan beban ekonomi dan sosial yang besar bagi individu maupun sistem pelayanan kesehatan.

Penatalaksanaan penyakit kronis ini umumnya dilakukan dengan pengobatan farmakologis jangka panjang. Namun, penggunaan obat-obatan seringkali memiliki keterbatasan, seperti efek samping, resistensi, dan kepatuhan pasien yang rendah. Oleh karena itu, pendekatan komplementer dan alternatif mulai dipertimbangkan sebagai bagian dari strategi pengelolaan yang lebih menyeluruh dan berkelanjutan.

Akupunktur, sebagai bagian dari pengobatan tradisional Tiongkok, telah digunakan secara luas dalam praktik klinis untuk membantu mengatasi berbagai gangguan kesehatan, termasuk gangguan metabolik dan kardiovaskular. Mekanisme kerja akupunktur dalam menurunkan tekanan darah dan kadar glukosa darah diduga melalui stimulasi saraf tertentu yang dapat memengaruhi sistem saraf otonom, hormon, dan sirkulasi darah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa akupunktur dapat meningkatkan sensitivitas insulin, menurunkan stres oksidatif, dan menyeimbangkan fungsi otonom yang berperan penting dalam patofisiologi diabetes dan hipertensi.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk kontribusi akademik dalam mengenalkan dan memberikan layanan akupunktur sebagai terapi pendukung untuk masyarakat penderita diabetes dan hipertensi di wilayah Desa Larangan Utara, Tangerang. Program ini juga dilengkapi dengan edukasi kesehatan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya pengelolaan penyakit kronis secara holistik, termasuk penggabungan pendekatan medis dan komplementer. Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat lebih terbuka terhadap alternatif pengobatan yang aman, efektif, dan terjangkau.

**Metode Pelaksanaan**

Cara pelaksanaan pengabdian Masyarakat ini meliputi:

Edukasi Kesehatan; Deskripsi: Mengadakan sesi edukasi tentang pencegahan dan pengelolaan hipertensi dan diabetes. Jenis Kegiatan: pelaksanaan kegiatan ini dilakukan bersamaan dengan saat pemeriksaan kesehatan secara individu, kami juga menyediakan leaflet sebagai bahan edukasi untuk masyarakat.

Pemeriksaan Kesehatan; Deskripsi: Menyediakan layanan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah secara rutin. Jenis Kegiatan: pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di lokasi yang telah disediakan.

Sesi Konsultasi dan Terapi Akupunktur Gratis; Deskripsi: Memberikan pengalaman langsung mengenai akupunktur dan manfaatnya bagi kesehatan. Jenis Kegiatan: Sesi terapi akupunktur di lokasi yang telah disediakan, termasuk konsultasi awal.

Pemeriksaan Kesehatan Gratis; Metode Pelaksanaan Pemeriksaan kesehatan dilakukan secara langsung kepada warga di wilayah Kelurahan Larangan Utara, RT 001 RW 008. Pemeriksaan meliputi cek tekanan darah, gula darah, serta konsultasi kesehatan umum. Kegiatan ini bertujuan untuk mendeteksi dini masalah kesehatan seperti hipertensi dan diabetes.

**HASIL**

Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini meliputi: 1) Peserta mendapatkan manfaat langsung dari layanan akupunktur yang membantu mengurangi gejala-gejala terkait diabetes dan hipertensi. 2) Peningkatan kesejahteraan umum dan rasa nyaman setelah terapi akupunktur. 3) Peserta merasa lebih termotivasi untuk menjaga kesehatan mereka melalui pendekatan holistik yang melibatkan akupunktur. 4) Adanya umpan balik positif dari peserta mengenai manfaat akupunktur dalam meningkatkan kualitas hidup mereka

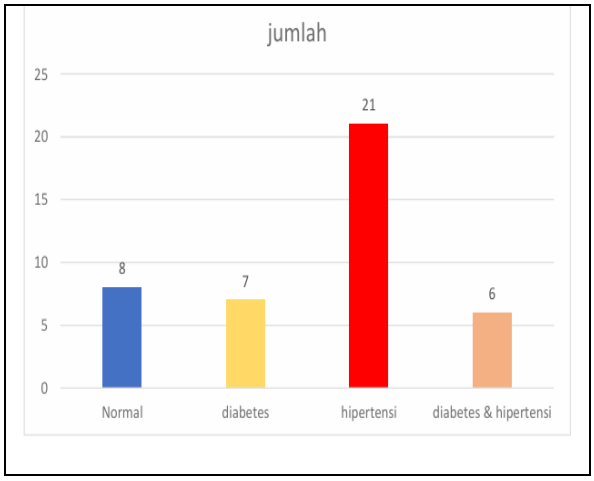



**Gambar 1. Persentase kepuasan pemeriksaan kesehatan**




**Gambar 2. Kegiatan Pemeriksaan Kesehatan**

## HASIL PEMERIKSAAN KESEHATAN




**Gambar 3. Grafik Jumlah hasil pemeriksaan Kesehatan**

## KESIMPULAN

Semua program yang direncanakan, seperti pemeriksaan kesehatan gratis, edukasi kesehatan mengenai diabetes dan hipertensi, edukasi herbal, serta layanan akupunktur, telah terlaksana dengan baik dan lancar. Meskipun ada beberapa tantangan yang dihadapi, seperti keterbatasan waktu dan jumlah peserta yang tidak terlalu banyak, semua kendala tersebut dapat diatasi dengan baik. Diharapkan kegiatan ini dapat memberikan manfaat nyata bagi masyarakat RT 001 RW 008 Kelurahan Larangan Utara dalam meningkatkan kesehatan mereka, dari hasil kegiatan ini pada pemeriksaan Kesehatan di temui ada 7 warga yang mempunyai penyakit DM dan 21 warga mengidap Hipertensi dan 7 warga yang mempunyai penyakit DM sekaligus hipertensi

## SARAN

Bagi Warga Masyarakat Kelurahan Larangan Utara, Khususnya RT 001 RW 008: Kelanjutan Program: Diharapkan masyarakat dapat melanjutkan dan mengembangkan program-program yang telah dilaksanakan, terutama dalam hal menjaga pola hidup sehat dan menggunakan herbal sebagai alternatif pengobatan. Partisipasi aktif warga dalam program-program kesehatan di masa mendatang juga sangat diharapkan; Peran Serta Aktif: Dengan adanya edukasi yang telah diberikan, diharapkan warga lebih aktif dalam menjaga kesehatan mereka dan keluarga. Melanjutkan kebiasaan baik yang telah diperoleh selama program kegiatan pengabdian Masyarakat ini akan sangat membantu dalam mencegah penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri atas ijin dan terlaksananya kegiatan ini serta warga Larangan Utara yang telah bersedia menyempatkan waktu dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan RI.

Chen, J. D. Z., & Yin, J. (2012). *Mechanisms of acupuncture therapy for simple obesity: an evidence-based review*. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2012. https://doi.org/10.1155/2012/875142

Jo, S. H., et al. (2015). *Acupuncture for treating type 2 diabetes mellitus: a protocol for a systematic review and meta-analysis*. BMJ Open, 5(10), e008358. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-008358

Kim, J. H., Nam, D. H., & Lee, M. S. (2018). *The effectiveness of acupuncture in managing diabetes mellitus: a systematic review of randomized controlled trials*. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2018. https://doi.org/10.1155/2018/8679042

Lee, M. S., Kim, J. I., & Ernst, E. (2009). Acupuncture for treating hypertension: A systematic review of randomized clinical trials. *International Journal of Clinical Practice*, 63(8), 1211–1217. https://doi.org/10.1111/j.1742-1241.2009.02196.x

Nugraha, D. A., & Sari, R. M. (2019). *Efektivitas terapi akupunktur dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi*. Jurnal Kesehatan Holistik, 13(1), 45–50.

Perhimpunan Dokter Akupunktur Medik Indonesia (PDAMI). (2020). *Standar Kompetensi Dokter Akupunktur Medik*. Jakarta: PDAMI.

World Health Organization. (2021). *Hypertension*. Retrieved from https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension

Widyaningsih, R., & Lestari, D. (2021). *Pengaruh terapi akupunktur terhadap kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2*. Jurnal Keperawatan Indonesia, 24(3), 193–200.

Zhao, L., et al. (2015). *Effect of acupuncture treatment on blood pressure and quality of life in patients with hypertension*: a randomized controlled trial. Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, 2015. https://doi.org/10.1155/2015/571507