



CASE REPORT : INTERVENSI TERAPI AKUPRESUR UNTUK MENURUNKAN

GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS DIRS MARDI WALUYO

METRO LAMPUNG

NASKAH PUBLIKASI

Oleh :

ALBERTUS AGUS SEPTIAWAN

2404102

PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2025

NASKAH PUBLIKASI

**CASE REPORT : INTERVENSI TERAPI AKUPRESUR UNTUK
MENURUNKAN GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS
DI RS MARDI WALUYO METRO LAMPUNG**

Oleh :

Albertus Agus Septiawan

NIM 2404102

Karya Ilmiah Akhir ini disetujui pada tanggal 2 September 2025

Ketua Program Studi Pendidikan

Pembimbing

Profesi Ners



Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep.

Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep.

**CASE REPORT : INTERVENSI TERAPI AKUPRESUR UNTUK MENURUNKAN
GULA DARAH PASIEN DIABETES
MELITUS DI RS MARDI WALUYO
METRO LAMPUNG**

¹Mahasiswa Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Mahasiswa Profesi Ners STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

³Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro

ABSTRAK

International Diabetes Federation menunjukkan bahwa Indonesia saat ini menduduki peringkat ke-6 dunia dengan jumlah penderita diabetes terbesar, yaitu sebanyak 10,3 juta jiwa. Penatalaksanaan DM merupakan tantangan bagi pasien dan tenaga kesehatan. PERKENI menyatakan lima pilar utama dalam pengelolaan DM Tipe II yaitu edukasi, diet, latihan fisik, intervensi farmakologi dan pemantauan glukosa darah. Intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengontrol gula darah pada pasien DM salah satunya adalah dengan melakukan akupresur. Akupresur merupakan salah satu cara pengobatan tradisional untuk menstabilkan kadar gula dalam darah. Tujuan dari penelitian ini adalah menjelaskan tentang bagaimana gambaran pelaksanaan intervensi terapi akupresur terhadap gula darah penderita diabetes melitus di RS Mardi Waluyo Metro. Desain dari penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada 1 pasien diabetes melitus yang dilaksanakan pada 13-15 Agustus 2025 di RS Mardi Waluyo Metro. Hasil studi kasus pijat akupresur selama 10-15 menit meningkatkan sekresi endorfin dan penambahan rangsang pada organ pankreas akan meningkatkan fungsi sekresi insulin sehingga mengakibatkan kadar gula darah dapat dikendalikan secara sistemik sekaligus dapat memperbaiki hemodinamik, kadar gula darah sebelum dilakukan terapi akupresur adalah 380 mg/dl pada saat hari pertama pengkajian, sedangkan pada hari terakhir post test setelah 3 hari didapatkan kadar gula darah menjadi 185 mg/dl. Kesimpulan yang didapat yaitu akupresur 3 titik tubuh dapat menurunkan gula darah penderita diabetes melitus.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Gula Darah, Terapi Akupresur.

Xii + 46 halaman +1 Tabel + 3 Gambar + 5 Lampiran

Kepustakaan : 22 (2017-2024)

CASE REPORT: ACUPRESSURE THERAPY INTERVENTION TO LOWER BLOOD SUGAR LEVELS IN DIABETES MELLITUS PATIENTS AT MARDI WALUYO HOSPITAL METRO LAMPUNG

¹Nursing Student, Bethesda Yakkum Health College, Yogyakarta

²Nursing Student, Bethesda Yakkum Health College, Yogyakarta

³Mardi Waluyo Hospital, Metro

ABSTRACT

The International Diabetes Federation (IDF) reports that Indonesia currently ranks 6th in the world for the largest number of diabetes sufferers, with 10.3 million people. DM management is a challenge for both patients and healthcare professionals. PERKENI (Indonesian National Diabetes Association) states that the five main pillars in managing Type II DM are education, diet, physical exercise, pharmacological intervention, and blood glucose monitoring. One nursing intervention that can be carried out to control blood sugar in DM patients is acupressure. Acupressure is a traditional treatment method for stabilizing blood sugar levels. The purpose of this study is to describe the implementation of acupressure therapy interventions on blood sugar levels in diabetes mellitus patients at Mardi Waluyo Metro Hospital. The design of this study uses a descriptive case study approach on one diabetes mellitus patient, conducted on August 13-15, 2025, at Mardi Waluyo Metro Hospital. The results of a case study of acupressure massage for 10-15 minutes increased endorphin secretion and additional stimulation of the pancreas organ will increase the function of insulin secretion so that blood sugar levels can be controlled systemically while improving hemodynamics, blood sugar levels before acupressure therapy were 380 mg / dl on the first day of the assessment, while on the last day of the post test after 3 days the blood sugar level was 185 mg / dl. The conclusion obtained is that acupressure at 3 body points can reduce blood sugar in diabetes mellitus sufferers.

Keywords: Diabetes Mellitus, Blood Sugar, Acupressure Therapy.

XII + 46 pages + 1 Table + 3 Figures + 5 Appendices

Bibliography: 22 (2017-2024)

Pendahuluan

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan utama pada masyarakat. Diabetes menurut *American Diabetes Association* (ADA) suatu kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah yang disebut dengan hiperglikemi yang terjadi karena kelainan sekresi insulin¹⁵. Penyakit DM merupakan penyakit kronis yang akan terus diderita selama seumur hidup. Karena itu, seorang penderita DM harus menjalani hidup dengan adanya terapi yakni terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologi¹⁸.

DM merupakan penyakit yang tidak menular namun dapat menyebabkan kematian. Data menunjukkan bahwa penderita DM di dunia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Data yang diperoleh dari *International Diabetes Federation* tahun 2019 didapatkan data penderita DM sebanyak 463 juta jiwa dan diprediksikan akan terus meningkat hingga mencapai 700 juta jiwa pada tahun 2045¹. Data terbaru dari *International Diabetes Federation* menunjukkan bahwa Indonesia saat ini menduduki peringkat ke-6 dunia dengan jumlah penderita diabetes terbesar, yaitu sebanyak 10,3 juta jiwa dan diprediksi oleh IDF akan terjadi peningkatan jumlah pasien DM menjadi 13,7 juta jiwa pada tahun 2030⁴. Prevalensi DM di Provinsi Lampung sebanyak 1,39 % (69.517 orang) sedangkan jumlah penderita DM di Kota Metro yang didiagnosis dokter sebanyak 1,71 % (10.928 orang)¹³. Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Lampung diperoleh data penderita DM tahun 2022 sebanyak 240 orang, pada tahun 2023 mengalami penurunan menjadi 112 orang dan pada tahun 2024 kembali mengalami peningkatan dengan jumlah 162 orang penderita penyakit DM tipe 2¹¹.

DM merupakan golongan penyakit yang disebabkan oleh 2 faktor, yaitu faktor keturunan dan faktor lingkungan yang disebabkan oleh gaya hidup seseorang dalam mengonsumsi makanan yang cepat saji yang berisiko menimbulkan obesitas yang akhirnya mengakibatkan DM tipe 2. DM merupakan penyakit seumur hidup, karena itu tidak jarang penderita DM memiliki konsep diri (*self concept*) yang rendah²⁴. Penatalaksanaan DM merupakan tantangan bagi pasien dan tenaga kesehatan. PERKENI menyatakan lima pilar utama dalam pengelolaan DM Tipe II yaitu edukasi, diet, latihan fisik, intervensi farmakologi dan pemantauan glukosa darah. Intervensi keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengontrol gula darah pada pasien DM salah satunya adalah dengan melakukan akupresure Akupresur merupakan salah satu cara pengobatan tradisional untuk menstabilkan kadar gula dalam darah. Terapi

akupresur dianggap sebagai intervensi yang dapat dipakai untuk menyeimbangkan kadar gula darah dengan menurunkan kadarnya²⁹. Akupresur merupakan metode pengobatan tubuh dengan melakukan manipulatif dan modalitas berbasis tubuh berdasarkan teori meridian dan teori Yin/Yang dalam ilmu filsafat Timur². Akupresur bekerja dengan menstimulasi hipotalamus untuk mengaktifkan salah satu enzim pemetabolisme karbohidrat (glukosa 6 fosfat), merangsang sintesis insulin di pankreas, meningkatkan reseptor pada sel target dan mempercepat pemanfaatan glukosa dalam sel, sehingga menyebabkan penurunan kadar gula darah. Titik akupresur yang umum dipakai adalah Pishu (BL 20), Feishu (BL 23), Shenshu (BL 23), Zusanli (ST 36), Sanyinjiao (SP 6), Hegu (LI 4)⁶.

Penelitian yang dilakukan¹⁴ juga menunjukkan hal serupa yaitu terapi akupresur terbukti dapat menurunkan kadar gula darah dan membantu mengurangi komplikasi akibat diabetes. Hasil penelitian¹³ berjudul pengaruh akupresur terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 juga menunjukkan bahwa akupresur merupakan intervensi yang efektif untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes tipe 2. Penelitian¹³ membuktikan adanya pengaruh yang signifikan pemberian terapi akupresur terhadap keseimbangan glukosa darah pada pasien DM tipe 2. Terapi akupresur telah terbukti menurunkan kadar gula darah dan membantu mengurangi komplikasi akibat diabetes. Terapi akupresur dinilai sebagai terapi alternatif pengendalian diabetes yang paling efektif dibandingkan terapi lainnya. Akupresur telah terbukti menurunkan kadar gula darah dan membantu mengurangi komplikasi akibat diabetes.

Studi pendahuluan yang dilakukan penulis saat melakukan praktik lapangan keperawatan medikal mediah penatalaksanaan pada pasien DM di RS Mardi Waluyo Metro hanya menerapkan terapi farmakologi dan tidak menerapkan terapi non farmakologi untuk membantu mempercepat penurunan kadar gula dalam darah pasien DM, oleh karena itu berdearkan fenomena yang ada penulis tertarik untuk menerapkan intervensi akupresur pada pasien DM untuk menurunkan gula darah di RS Mardi Waluyo Metro.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan asuhan keperawatan. Sampel 1 responden dengan alat ukur menggunakan lembar observasi pengukuran gula darah dan SOP Akupresur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Informasi Umum Pasien

Diketahui nama Tn. K, tanggal lahir/umur 03 November 1971 (53 Tahun), alamat Ogan Komering Ilir, status perkawinan menikah, agama Islam, suku Bugis, pendidikan SMA, pekerjaan wiraswasta.

Riwayat Kesehatan Pasien

Pasien dibawa ke IGD RS Mardi Waluyo Metro pada tanggal 11 Agustus 2025 jam 21.00 WIB, dengan keluhan badan terasa lemas, perut mual dan kepala terasa pusing. Sesampainya di IGD pasien dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital dengan hasil tekanan darah 140/90 mmHg, Nadi : 92x/menit, respirasi 20x/menit, SPO2 96%, Suhu : 36,7°C. Hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan leukosit 6900/ul, eritrosit 4,8 juta/ul, hemoglobin 14,2 gr%, hematokrit 45 gr%, trombosit 162.000 ribu/ul, glukosa darah sewaktu 463 mg/dl, ureum 30 mg/dl. Pasien merasa mual dan pusing sudah 2 hari sebelum masuk RS, pasien sudah berobat ke klinik namun belum ada perubahan. Pasien mendapatkan terapi berupa cairan NaCl 0,9% 500 ml/ 20 TPM dan Novorapid 5 ml bolus via intravena. Saat dilakukan pengkajian pada tanggal 12 Agustus 2025 pasien mengatakan badan masih terasa lemas, perut terasa mual, namun keluhan pusing sudah berkurang, pasien sering merasa haus dan mudah buang air kecil di malam hari. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 130/80 mmHg, Nadi : 85x/menit, respirasi 20x/menit, SPO2 96%, Suhu : 36,4°C dan GDS 380 mg/dl. Pasien telah menderita penyakit Diabetes melitus dan hipertensi sejak 4 tahun yang lalu, pasien rutin kontrol kesehatan setiap bulan ke rumah sakit di Kota Pangkal Pinang Pulau Bangka. Pasien mengatakan keluarganya tidak memiliki riwayat yang sama seperti yang diderita oleh pasien.

Tanda Gejala Yang Dialami

Tanda gejala yang dialami pasien saat dilakukan pengkajian pada tanggal 12 Agustus 2025 pasien mengatakan badan masih terasa lemas, perut terasa mual, namun keluhan pusing sudah berkurang, pasien sering merasa haus dan mudah buang air kecil di malam hari. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 130/80 mmHg, Nadi : 85x/menit, respirasi 20x/menit, SPO2 96%, Suhu : 36,4°C dan GDS 380 mg/dl.

Hasil Pemeriksaan Fisik

Keadaan umum pasien tampak sakit sedang Kesadaran composmentis, kekuatan otot 5, skrining fungsional ADL dibantu sebagian, Pasien kesadaran composmentis, GCS (Glasgow coma scale): 15 (E4, V5, M6). Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 130/80 mmHg, Nadi : 85x/menit, respirasi 20x/menit, SPO2 96%, Suhu : 36,4°C dan GDS 380 mg/dl. Kepala pasien terasa pusing, tidak ada permasalahan di bagian dada, pasien merasa mual, tidak ada gangguan sistem pendengaran, penglihatan dan pengecapan.

Pemeriksaan Penunjang

Pemeriksaan Pemeriksaan Laboratorium, (11 Agustus 2025) hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan leukosit 6900/ul, eritrosit 4,8 juta/ul, hemoglobin 14,2 gr%, hematokrit 45 gr%, trombosit 162.000 ribu/ul, glukosa darah sewaktu 463 mg/dl, ureum 30 mg dl. EKG (11 Agustus 2025) Kesan EKG Normal Sinus Rhytm. Rontgen Thorax (11 Agustus 2025) hasil foto thorax PA kondisi cukup, elongatio aorthae, pulmo dan besar cor normal.

Rencana Terapi

Tipe intervensi terapeutik

Terapi terapeutik yang diberikan kepada pasien kelolaan ini menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi, berikut penjelasannya: Terapi farmakologi Infus NACL 0,9% 500 ml/24 jam, Ericaf 2x1 tablet, Sansulin Log 20 iu-0-0 sc, Sitazid tablet 1x1, Granicenton 1x3 mg IV, Betahistine 2x 24 mg tablet, Furosemide 40 mg tablet 2x1, Flunarizine tablet 2x1. Terapi non farmakologi Intervensi yang diberikan yaitu terapi akupresur. Pijat akupresur untuk diabetes dimulai dengan menempatkan pasien

dalam posisi rileks, bisa duduk atau berbaring, di tempat yang tenang dan nyaman. Terapi diawali dengan menempatkan kedua tangan di atas bahu pasien sambil memberikan tekanan lembut selama beberapa detik untuk menciptakan rasa tenang dan koneksi awal. Setelah pasien merasa rileks, pijat dilanjutkan ke titik SP6 (San Yin Jiao), yang terletak sekitar empat jari di atas mata kaki bagian dalam, di belakang tulang kering. Titik ini ditekan menggunakan ibu jari dengan tekanan sedang selama satu hingga dua menit pada masing-masing kaki. Titik SP6 dipercaya membantu mengatur fungsi pankreas dan menyeimbangkan kadar gula darah. Selanjutnya, fokus diarahkan ke titik Sie Hai (SP10), yang berada sekitar empat jari di atas tempurung lutut kemudian sekitar empat jari ke arah dalam paha. Titik ini dipijat perlahan selama dua menit untuk meningkatkan metabolisme dan energi tubuh. Setelah itu, tekanan dilakukan pada titik Taichong (LR3), yang terletak di bagian tengah antara ibu jari kaki dan jari telunjuk pada kaki. Titik ini ditekan dan diputar secara perlahan dengan ibu jari selama dua hingga tiga menit untuk menstimulasi kerja pankreas dan produksi insulin. Setelah semua titik selesai, sesi ditutup dengan usapan lembut pada tangan dan kaki untuk memberikan efek relaksasi menyeluruh. Pasien diminta menarik napas dalam-dalam dan menghembuskannya perlahan.

Hasil Yang Diharapkan Dari Rencana Intervensi

Hasil yang diharapkan berdasarkan kasus kelolaan yaitu ketidakstabilan kadar glukosa darah (D.0027) dengan menerapkan kriteria standar luaran keperawatan Indonesia (SLKI) 2020 dengan hasil setelah diberikan Tindakan terapi akupresur kestabilan kadar glukosa darah meningkat (L.03022) dengan kriteria hasil Koordinasi meningkat, mengantuk menurun, pusing menurun, lelah/lesu menurun, rasa lapar menurun, kadar glukosa dalam darah membaik peneliti melakukan tindakan keperawatan berupa terapi akupresur untuk menurunkan gula darah.

Luaran Aktual Yang Telah Dicapai Dari Intervensi Yang Dilakukan

Pelaksanaan implementasi terapi akupresur yang dilakukan pada tanggal 13 Agustus 2025-15 Agustus 2025 di RS Mardi Waluyo Metro. Peneliti memulai menerapkan terapi akupresur kepada pasien dengan tahap melakukan sesuai dengan SOP. Terapi akupresur dilakukan sebanyak 1 kali dalam waktu 15 menit. Evaluasi setelah intervensi akupresur yaitu :

- a. Tanggal 13 Agustus 2025 didapatkan GDS pasien setelah diberikan akupresur adalah 288 mg/dl
- b. Tanggal 14 Agustus 2025 didapatkan GDS pasien setelah diberikan akupresur adalah 279 mg/dl
- c. Tanggal 15 Agustus 2025 didapatkan GDS pasien setelah diberikan akupresur adalah 185 mg/dl

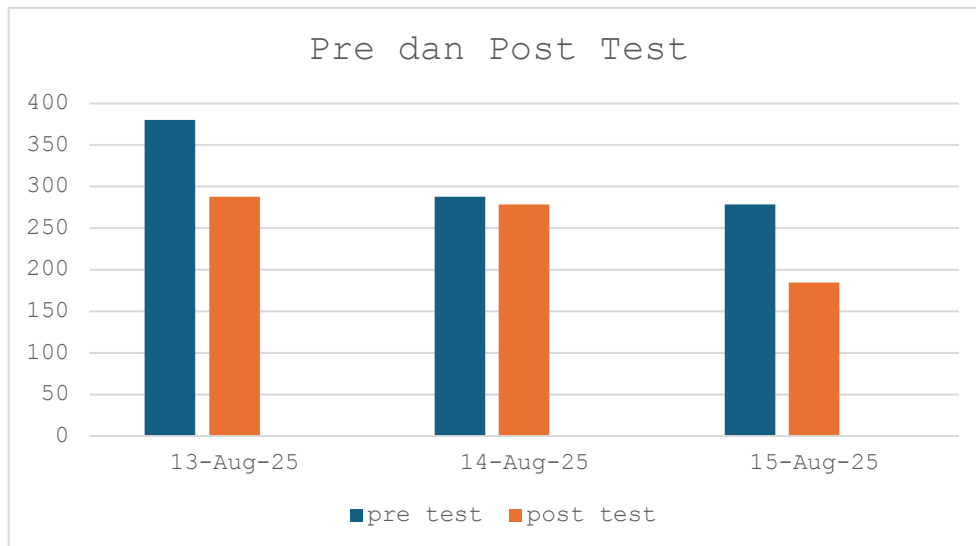
Dari hasil implementasi penerapan terapi akupresur pada pasien kelolaan didapatkan hasil bahwa dengan menerapkan intervensi tersebut terbukti dapat menurunkan gula darah penderita DM.

Tabel 1

Hasil Implementasi Penerapan Terapi Akupresur Untuk Menurunkan Gula Darah Pasien Diabetes Melitus di RS Mardi Waluyo Metro, Tahun 2025

No	Tgl/Jm	Intervensi	Kekuatan otot	
			Pre tes	Post tes
1	13/08/2025 09.00 WIB	Terapi akupresur	380	288
2	14/08/2025 08.30 WIB	Terapi akupresur	288	279
3	15/08/2025 08.00 WIB	Terapi akupresur	279	185

Sumber : Data Primer diolah tahun 2025



PEMBAHASAN

Pembahasan Terkait Gambaran Kasus Dan Pengkajian

Pasien bernama Tn. K berjenis kelamin laki-laki dan berusia 53 tahun dan Pendidikan terakhir SMA saat dirawat di RS Mardi Waluyo Metro. Diabetes melitus merupakan kelainan kronik metabolisme gula darah yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat gangguan produksi insulin, resisten insulin atau keduanya²³. Menurut¹⁸ jenis kelamin, usia dan Tingkat Pendidikan merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian diabetes melitus. Wanita diperkirakan memiliki risiko lebih tinggi terkena diabetes dibandingkan pria. Hasil tersebut didukung oleh data yang diperoleh dari²², dimana prevalensi diabetes pada wanita lebih tinggi dari pada pria dengan selisih angka sebesar 1,78% pada wanita dan 1,21% pada pria. Selama 5 tahun terakhir, kejadian diabetes pada wanita mengalami sedikit peningkatan, sedangkan pada pria mengalami penurunan⁵. Wanita beresiko lebih tinggi menderita diabetes karena mereka cenderung memiliki IMT lebih tinggi dibandingkan pria. Kenaikan IMT merupakan suatu kondisi kelebihan berat badan yang sering kali disertai dengan kenaikan kadar leptin, yaitu hormon yang berhubungan dengan gen obesitas. Namun hasil yang peneliti peroleh bahwasanya penderita pasien kelolaan dalam penelitian adalah laki-laki.

Selain faktor jenis kelamin, usia juga dapat mempengaruhi kejadian DM tipe 2, usia merupakan salah satu faktor tidak dapat diubah yang mempengaruhi kejadian diabetes. Bertambahnya usia dapat meningkatkan risiko diabetes

disebabkan intoleransi glukosa dan proses penuaan dapat mempengaruhi kemampuan sel pankreas dalam memproduksi insulin. Pada lansia juga aktivitas mitokondria akan berkurang mengakibatkan meningkatnya kadar lemak yang akan merangsang resistensi insulin²⁷. Menurut²⁶ usia yang berisiko terkena diabetes tipe 2 biasanya di atas 30 tahun. Penelitian²⁸, yang menyatakan bahwa usia erat hubungannya dengan peningkatan kadar gula darah, sehingga semakin tua usia maka intoleransi glukosa meningkat sehingga kejadian diabetes meningkat. Proses penuaan yang terjadi setelah usia 30 tahun menyebabkan perubahan fungsi anatomi, fisiologis dan biokimia. Sel beta pankreas yang merupakan penghasil glukosa serta hormon lainnya merupakan komponen tubuh yang mengalami perubahan yang mempengaruhi kadar gula darah. Penelitian¹⁷ menunjukkan bahwa seiring bertambahnya usia seseorang, intoleransi glukosa meningkat dan menyebabkan penurunan kemampuan sel pankreas dalam memproduksi insulin. Selain itu, pada lansia akan terjadi penurunan aktivitas mitokondria sehingga menyebabkan peningkatan kadar lemak yang memicu resistensi insulin yang pada akhirnya menyebabkan peningkatan kadar gula darah.

Faktor lain yang memengaruhi gula darah selain jenis kelamin dan usia adalah Tingkat Pendidikan terakhir. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap kejadian diabetes. Seseorang yang berpendidikan tinggi seringkali mempunyai pengetahuan yang lebih tinggi mengenai kesehatan. Dengan pengetahuan ini, seseorang akan sadar perlunya menjaga kesehatannya. Meningkatnya tingkat pendidikan akan meningkatkan kesadaran hidup sehat dan perhatian terhadap gaya hidup dan kebiasaan makan¹⁰. Seseorang dengan tingkat pendidikan rendah kurang tertarik pada gaya hidup, pola makan, dan tindakan pencegahan diabetes¹⁷. Hal ini juga sesuai oleh penelitian²⁰ yang membuktikan bahwa faktor pendidikan berpengaruh pada kejadian dan pencegahan diabetes.

Tanda gejala yang dialami pasien saat dilakukan pengkajian pada tanggal 12 Agustus 2025 pasien mengatakan badan masih terasa lemas, perut terasa mual, namun keluhan pusing sudah berkurang, pasien sering merasa haus dan mudah buang air kecil di malam hari. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 130/80 mmHg, Nadi : 85x/menit, respirasi 20x/menit, SPO2 96%, Suhu : 36,4°C dan GDS 380 mg/dl. Tanda dan gejala yang umum dirasakan oleh penderita diabetes melitus yaitu seperti meningkatnya rasa lapar (polifagia), sering buang air kecil

(poliuria), haus dan banyak minum (polidipsia), mudah merasa lelah, lemas, merasa pusing (sistem sensorik), rasa kebas, kesemutan (sistem kardiovaskuler), serta perubahan pada kadar glukosa darah⁸. Glukosa yang diserap dari makanan akan diangkut ke seluruh tubuh melalui aliran darah, kemudian diberikan ke sel-sel organ tubuh yang memerlukan bantuan insulin¹⁷. Bila insulin tidak ada atau kerja insulin terganggu, maka pemecahan lemak dan protein menjadi glukosa dihati tidak dapat dihambat sehingga kadar glukosa darah dapat semakin meningkat, akibatnya kadar glukosa darah yang tinggi menyebabkan tanda gejala diabetes melitus tipe 2 seperti polifagi, poliuri, polidipsi, dan gejala lain terjadi karena saling berhubungan²¹. Polifagia biasanya terjadi pada pasien diabetes tidak mengontrol kadar gula darah, seperti melewatkan konsumsi obat diabetes dan waktu makan. Kondisi gula darah yang tidak terkontrol dapat menyebabkan tubuh tidak dapat menggunakan gula dalam darah (glukosa) dengan baik¹⁵. Penumpukan glukosa menyebabkan tubuh mengirim sinyal lapar ke otak sehingga nafsu makan meningkat. Ginjal tidak bisa menyaring gula dalam darah. Akibatnya, urine yang keluar ikut membawa banyak cairan sehingga pasien diabetes melitus sering kencing⁴.

Pembahasan Terkait Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh terapi akupresur dalam menurunkan kadar gula darah pada penderita DM. Akupresur merupakan pengobatan tradisional yang berasal dari Tiongkok yang telah berkembang di Asia lebih dari 5000 tahun yang lalu. Akupresur memiliki prinsip kerja yang sama dengan Akupunktur dengan menstimulasi 14 sistem meridian untuk menyeimbangkan bio energi di dalam tubuh antara yin, yang, dan qi (chee). Setiap meridian memiliki 400-500 titik saluran energi yang berhubungan dengan organ dalam serta sistem tertentu yang berfungsi sebagai katup yang menyalurkan energi pada seluruh tubuh. Akupresur menggunakan tangan atau benda tumpul untuk memijat¹⁹.

Pada penelitian ini dilakukan penekanan pada titik sanyinjiao (SP-6), titik Sie Hai (SP-10) dan titik Taichong (LR3/LV3). Penusukan titik Sanyinjiao menyebabkan pelepasan suatu substansi serotonin yang merangsang sekresi insulin. Titik Sanyinjiao terletak pada meridian limpa yang biasa digunakan untuk kelainan pada pankreas dan merupakan titik yang berfungsi pada organ endokrin. Titik Sie Hai, SP-

10 dan titik Taichong (LR3/LV3) merupakan titik general dan titik meridian lambung. Titik general merupakan titik yang sering sekali digunakan dalam pengobatan akupresur yang mempunyai efek kerja secara umum tidak hanya bekerja pada organ lambung saja. Perlakuan pada titik Sie hai, Sanyinjiao dan Taichong dengan modulasi frekuensi rendah dan intensitas tinggi selama 10-15 menit akan meningkatkan sekresi endorfin dan penambahan rangsang pada organ pankreas akan meningkatkan fungsi sekresi insulin sehingga mengakibatkan kadar gula darah dapat dikendalikan secara sistemik sekaligus dapat memperbaiki hemodinamik²².

Pembahasan Terkait Tujuan Dan Hasil Intervensi

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran penerapan terapi akupresur untuk menurunkan kadar gula darah pada penderita DM. Pelaksanaan implementasi terapi akupresur yang dilakukan pada tanggal 13 Agustus 2025-15 Agustus 2025 di RS Mardi Waluyo Metro. Peneliti memulai menerapkan terapi akupresur kepada pasien dengan tahap melakukan sesuai dengan SOP. Terapi akupresur dilakukan sebanyak 1 kali dalam waktu 15 menit. Evaluasi setelah intervensi akupresur yaitu:

1. Tanggal 13 Agustus 2025 didapatkan GDS pasien setelah diberikan akupresur adalah 288 mg/dl
2. Tanggal 14 Agustus 2025 didapatkan GDS pasien setelah diberikan akupresur adalah 279 mg/dl
3. Tanggal 15 Agustus 2025 didapatkan GDS pasien setelah diberikan akupresur adalah 185 mg/dl

Dari hasil implementasi penerapan terapi akupresur pada pasien kelolaan didapatkan hasil bahwa dengan menerapkan intervensi tersebut terbukti dapat menurunkan gula darah penderita DM.

Perspektif pasien “saat pertama kali menjalani terapi akupresur, saya merasa sedikit cemas karena belum pernah mencobanya sebelumnya. Namun, begitu sesi dimulai, suasana yang tenang dan pijatan lembut di titik-titik tertentu membuat saya perlahan merasa rileks. Ketika terapis mulai menekan titik di sekitar pergelangan kaki dan lutut, saya merasakan sensasi hangat dan aliran seperti getaran halus menyebar ke seluruh tubuh. Rasanya tidak menyakitkan, justru menenangkan, seolah tubuh

saya sedang diajak untuk kembali seimbang. Selama beberapa titik ditekan, saya sempat merasa sedikit ngantuk dan napas saya menjadi lebih dalam tanpa sadar. Setelah sesi selesai, tubuh saya terasa lebih ringan dan pikiran pun lebih tenang. Beberapa jam kemudian, saya merasa lebih segar, tidak mudah lelah seperti biasanya, dan ketika saya mengecek kadar gula darah, hasilnya sedikit menurun dibandingkan sebelumnya. Saya tidak menganggapnya sebagai pengganti obat, tapi saya merasa akupresur ini membantu tubuh saya lebih stabil dan merespons pengobatan dengan lebih baik. Kini, terapi ini menjadi bagian dari rutinitas pendukung yang saya syukuri, karena tidak hanya membantu secara fisik, tetapi juga secara emosional”.

Akupresur yang menstimulasi pembebasan neurotransmitter yang membawa indikasi sepanjang saraf ataupun lewat kelenjar, selanjutnya mengaktifkan hipotalamus pituitari sumbu adrenal mengelola peran kelenjar endokrin, stimulus akupresur pada titik san yin jiao bisa menaikkan peran pelepasan insulin pada pengidap non insulin dependent glikosuria serta bisa mengurangi kandungan gula. Akupresur dapat mengaktifkan glucose 6 phosphate (salah satu enzim yang terdapat pada metabolisme karbohidrat) serta berdampak pada hipotalamus, sehingga bisa menstimulasi kerja pankreas supaya menaikkan sintesis insulin, menambah banyak reseptor pada sel sasaran serta memperlaju penggunaan gula, sehingga mengurangi kandungan glukosa darah²⁵.

Penelitian ini sejalan¹¹ menyatakan bahwa adanya penerapan terapi akupresur terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM Tipe II, dengan hasil uji statistik $p < 0,05$ sehingga ada perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah akupresur. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan rata-rata kadar gula darah sebelum dan setelah dilakukan terapi akupresur 6 kali selama 3 minggu pada titik ST-36 serta SP-10 dan LR3/LV3. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan terapi akupresur merupakan terapi yang dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes tipe 2. Akupresur mengimplementasikan tekanan lembut pada titik akupresur yang akurat serta sudah ditetapkan yang dinyatakan acupoint. Akupresur menstimulus pembuluh saraf pusat (yakni otak serta sumsum tulang belakang) pada membebaskan zat kimia yang melepaskan hormone serta pengobatan natural badan, menaikkan kesehatan fisik serta emosional. Dengan cara yang sama, pemeliharaan akupresur menolong

menormalisasi kandungan gula darah secara alami tanpa efek samping, tetapi juga menaikkan kesehatan jasmani serta psikis⁶.

Dalam asuhan keperawatan, pembuktian efektivitas intervensi seperti akupresur dilakukan melalui proses keperawatan, terutama pada tahapan evaluasi. Karena pasien juga menggunakan obat seperti *Sansulin*, maka perawat harus menggunakan pendekatan pemantauan objektif dan sistematis untuk menilai kontribusi akupresur. Perawat membandingkan hasil kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan intervensi akupresur, jika terlihat tren penurunan kadar gula darah setelah dilakukan akupresur, sementara tidak ada perubahan signifikan pada obat, diet, atau aktivitas fisik, maka dapat diasumsikan bahwa akupresur memberikan kontribusi terhadap hasil tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Pelaksanaan pijat akupresur selama 10-15 menit akan meningkatkan sekresi endorfin dan penambahan rangsang pada organ pankreas akan meningkatkan fungsi sekresi insulin sehingga mengakibatkan kadar gula darah dapat dikendalikan secara sistemik sekaligus dapat memperbaiki hemodinamik, kadar gula darah sebelum dilakukan terapi akupresur adalah 380 mg/dl pada saat hari pertama pengkajian, sedangkan pada hari terakhir post test setelah 3 hari didapatkan kadar gula darah menjadi 185 mg/dl.

SARAN

Pasien disarankan untuk tidak melakukan pijat akupresur secara mandiri tanpa arahan, serta tetap berkonsultasi dengan dokter atau perawat sebelum memulai terapi ini sebagai bagian dari manajemen diabetes secara menyeluruh. Oleh karena itu, pijat akupresur harus dilakukan oleh tenaga terlatih atau setelah pasien mendapat edukasi dan pelatihan dari tenaga kesehatan yang kompeten di bidang tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih peneliti ucapkan kepada Tuhan yang Maha Esa yang sungguh amat baik dan pengasih atas berkat dan karuniaNya, RS Mardi Waluyo Metro yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan penelitian ini, dan dosen Pembimbing telah

berkenan memberikan bimbingan kepada peneliti dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini dari awal hingga akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Adli. (2021). Diabetes Mellitus Gestasional: Diagnosis dan Faktor Risiko. *Jurnal Medika Utama*, 03 (01), 1545–1551.
- (2) Agustina dkk. (2020). Hubungan Antara Self-efficacy Dengan Kepatuhan Pemakaian Insulin Secara Mandiri Pada Pasien DM Di Rumah Sakit Baptis Batu. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 5 (1), 160.
- (3) American Diabetes Association. (2020). Classification and diagnosis of diabetes : Standards of Medical Care in Diabetes - 2020. *Diabetes Care* 43 (1), 514.
- (4) American Diabetes Association. (2021). Pharmacologic Approaches to Glycemic Treatment: Standards of Medical Care in Diabetes. *Diabetes Care*, 44.
- (5) Anggraini dan Prasilia. (2021). Hubungan self care terhadap kualitas hidup pasien diabetes melitus : study literature. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 88.
- (6) Asnaniar. (2019). *Hubungan Self Care Management Diabetes dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe II*. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes Vol. 10: 4.
- (7) Asri. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terbentuknya Konsep Diri Remaja (Studi Kualitatif pada Siswa SMPN 6 Kota Madiun). *Jurnal Konseling Gusjigang Vol. 6 No. 1 Juni*, 2.
- (8) Aswati dkk. (2022). *Ilmu Keperawatan gerontik dan komunitas*. Bandung: Media Sains Indonesia.
- (9) Bilous dan Donelly. (2022). *Buku pegangan diabetes edisi 4*. Jakarta: Bumi Medika.
- (10) Brunner & Suddarth, 2019, Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, alih bahasa: Waluyo Agung., Yasmin Asih., Juli., Kuncara., I.made Karyasa, EGC, Jakarta
- (11) Damayanti dkk. (2022). Pendekatan Health Belief Model (HBM) Untuk Menganalisis Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Dalam Menggunakan Insulin di Kota Banjarmasin. *Journal of Pharmaceutical Care and Sciences Vol. 2 No.2*, 63.
- (12) Fitriani dkk. (2019). Pendekatan Health Belief Model (HBM) untuk Menganalisis Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dalam Menggunakan Insulin. *Pharmaceutical Journal of Indonesia* 16 (2), 167-177.
- (13) Hastono, Sutanto Priyo. (2007). Modul Analisis Data. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- (14) Indriyati. (2023). Kemampuan Konsep Diri Terhadap Tingkat Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Triage Jurnal Ilmu Keperawatan Vol. 10, No.1 (1-8) Universitas Muhammadiyah Klaten*, 2.
- (15) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Tetap Produktif, Cegah dan Atasi Diabetes Mellitus*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- (16) Lestari dkk. (2021). Diabetes Melitus: Review etiologi, patofisiologi, gejala, penyebab, cara pemeriksaan, cara pengobatan dan cara pencegahan. *Prosiding Seminar Nasional Biologi* 7 (1), 237–241.
- (17) Mullidayanti dkk. (2022). Sumber Self-Efficacy Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Banda Aceh. *Idea Nursing Journal Vol. XIII No. 3*, 22.
- (18) Murty. (2021). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- (19) Noorratri. (2019). Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Dengan Terapi Fisik. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas* 2 (1), 19.
- (20) Novianti. (2021). Self-Concept dengan Citra Tubuh pada Mahasiswi. *PSIKOSTUDIA: Jurnal Psikologi Volume* 10 No. 1, 15.
- (21) Perkeni. (2021). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: Perkeni.
- (22) Risesdas. (2018). *Laporan Provinsi Lampung Risesdas 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan

- (23) Rondonuwu, C.N. 2018. Pengaruh Penggunaan Insulin Dengan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe 2 . Jurnal. Vo. 6 No. 4. F. Universitas Sam Ratulangi. Manado
- (24) Saputri. (2020). Komplikasi Sistemik Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 11 (1), 230–236.
- (25) Sholiha. (2020). Hubungan Self Concept dan Self Confidence. *Jurnal Psikologi Volume 7 Nomor 1 Maret*, 41.
- (26) Sudirman. (2023). Hubungan Tingkat Kepatuhan Terapi Insulin Dengan Kadar Glukosa Terhadap Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo. *Termometer: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Vol.1 No.2 April*, 3.
- (27) Suryati. (2021). *Buku Keperawatan Latihan Efektif Untuk Pasien Diabetes Mellitus Bebas Hasil Penelitian*. Jakarta: Grup Penerbitan Cv Budi Utama.
- (28) Sutawardana dkk. (2020). Hubungan Self Compassion dengan Kepatuhan Terapi Insulin Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember. *Journal of Nursing Care & Biomolecular Vol 5 No 1*, 56.
- (29) Vorvick et al. (2019). Contraindication: MedlinePlus Medical Encyclopedia. *Medline, United States National Library of Medicine*, 13.

STIKES BETHESDA YAKKUM