

RINGKASAN

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 pengobatan China umumnya dan ilmu akupunktur pada khususnya disebut *gao xue ya* atau *xueya gao*. *Xueya* berarti tekanan darah dan *gao* berarti tinggi. Jadi *xueya gao* atau *gaoxue ya* berarti tekanan darah tinggi yang merupakan pusing dan sakit kepala.

Pada studi kasus ini pasien seorang mahasiswa berusia 22th. Memiliki tinggi badan 165cm dan berat badan 85kg dengan tensi 160/110. Pasien adalah seorang yang mudah marah, menyukai makanan manis, pedas dan gorengan sehingga dapat menimbulkan patogen panas. Pasien memiliki keturunan hipertensi dari sang ayah. Pasien sering mengeluhkan mulut pahit dan pegal-pegal. Akibat dari seringnya mengkonsumsi makanan manis, pedas, dan gorengan, serta emosi pasien yang sering marah, maka menyebabkan api hati pasien berkobar dan menyebabkan limpa menjadi defisiensi limpa.

Berdasarkan pemeriksaan yang telah dilakukan, pasien mengalami sindrom hiperaktifitas api hati. Penanganan kasus hipertensi dilakukan dengan terapi akupunktur dan terapi nutrisi. Terapi akupunktur dilakukan pada titik titik *Fengchi* (GB 20) merupakan titik yang berfungsi untuk membersihkan panas di kepala, meredakan sakit di kepala, hipertensi, dan kekakuan otot. Titik *Taichong* (LR 3) merupakan titik *luan* meridian hati yang memancarkan *Qi* dua kali lebih kuat, serta berfungsi untuk sakit kepala, pusing, dan hipertensi. Titik *Quchi* (LI 11) merupakan titik yang berfungsi untuk mengusir panas, mengurangi tekanan darah, dan merupakan titik yang banyak terdapat *Qi* dan *Xue*. Titik *Hegu* (LI 4) berfungsi untuk mengusir panas dan mengurangi tekanan darah.

Dalam penanganan hipertensi ini, terapi akupunktur dilakukan sebanyak 12 kali terapi dalam 3 tahap terapi. Dalam terapi nutrisi, buah belimbing manis 100 g diblender dengan air 50 ml diminum 2 kali sehari setelah makan siang dan malam. Terapi akupunktur dan nutrisi yang dilakukan selama 12 kali menunjukkan hasil yang baik. Terapi akupunktur dan nutrisi dapat menurunkan tekanan darah dan mengurangi keluhan tambahan.

Berdasarkan hasil penanganan hipertensi menggunakan teknik akupunktur dan terapi nutrisi menggunakan *smoothies* buah belimbing manis didapatkan hasil bahwa pasien yang awalnya memiliki tekanan darah 160/110 mmHg menjadi 136/80 setelah tahap ke 12 terapi. Keluhan pusing skala 7, dan kaku pada bahu skala 3 berkurang sampai skala 0. Dan keluhan pegal-pegal pada pasien berkurang dari skala 4 menjadi skala 1. Keluhan insomnia dan mulut pahit yang dikeluhkan oleh pasien juga tidak dirasakan lagi.

Dari studi kasus yang telah dilakukan pada penanganan hipertensi dapat disimpulkan bahwa perawatan dengan menggunakan terapi akupunktur pada titik *Fengchi* (GB 20), *Taichong* (LR 3), *Quchi* (LI11) dan untuk titik *Hegu* (LI 4)serta terapi nutrisi dengan pemberian *smoothies* belimbing manis (*Averrhoa carambola* L.) dapat mengurangi tekanan darah serta intensitas skala nyeri dengan sindrom hiperaktifitas api hati.

Saran untuk studi kasus selanjutnya adalah diperlukan pengukuran pasca terapi, agar dapat mengetahui apakah penanganan dalam kasus ini bersifat *temporary* atau tidak. Untuk mengetahui efektifitas terapi akupunktur pada pasien hipertensi, dapat dilakukan terapi akupunktur tanpa kombinasi. Untuk mengetahui efektifitas terapi nutrisi pada pasien hipertensi, dapat dilakukan terapi nutrisi tanpa kombinasi.