

PENGGUNAAN AKUPRESURE DAN AROMATERAPI LEMON SEBAGAI TERAPI BAGI IBU HAMIL DENGAN HIPERTENSI

Asrawaty^{1*}, Arie Maineny², Febty Kuswanti³

^{1,2}Prodi D3 Kebidanan Palu, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indoensia

³Prodi D3 Kebidanan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Indoensia

asrawaty.agussalim@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Hipertensi dalam kehamilan merupakan kondisi serius yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin. Puskesmas Marawola di Kabupaten Sigi merupakan salah satu daerah dengan masalah hipertensi pada ibu hamil. Hipertensi dalam kehamilan dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti preeklamsia, eklamsia, dan retardasi pertumbuhan janin yang dapat mengakibatkan cacat lahir atau kematian, serta stroke dan kerusakan organ. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat dalam penggunaan akupresure dan aromaterapi lemon. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Kabupaten Sigi dengan peserta sebanyak 25 orang terdiri dari kader dan ibu hamil. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan tentang terapi akupresur dan aromaterapi lemon, serta pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah kegiatan. Terdapat peningkatan pengetahuan peserta 100% setelah edukasi, keterampilan praktik akupresur dan aromaterapi lemon yang benar, serta adanya penurunan tekanan darah rata-rata pada ibu hamil dengan hipertensi ringan.

Kata Kunci: Akupresure; Aromaterapi Lemon; Ibu Hamil; Hipertensi.

***Abstract:** Hypertension in pregnancy is a serious condition that can endanger the health of the mother and fetus. Marawola Community Health Center in Sigi Regency is one of the areas with hypertension problems in pregnant women. Hypertension in pregnancy can increase the risk of complications such as preeclampsia, eclampsia, and fetal growth retardation which can lead to birth defects or death, as well as stroke and organ damage. Purpose of this community service to increase the knowledge and skills in the use of acupressure and lemon aromatherapy. The community service was carried out in Beka Village, Sigi Regency with 25 participants consisting of cadres and pregnant women. Evaluation was conducted through pre- and post-tests to measure increased knowledge about acupressure and lemon aromatherapy, as well as blood pressure measurements before and after the activity. There was a 100% increase in participants' knowledge after the education, and increase in the correct practice skills for acupressure and lemon aromatherapy, as well as a decrease in average blood pressure in pregnant women with mild hypertension.*

***Keywords:** Acupressure; Lemon aromatherapy; Pregnant women; Hypertension.*



Article History:

Received: 23-09-2025

Revised : 14-10-2025

Accepted: 22-10-2025

Online : 28-10-2025



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi (termasuk preeklampsia) pada wanita hamil terjadi pada sekitar 10% dari kehamilan di seluruh dunia dan menjadi salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada ibu dan bayi yang dilahirkannya. Diperkirakan 50.000-60.000 ibu melahirkan di seluruh dunia meninggal karena preeklampsia, dimana insiden preeklampsia meningkat 25% dalam dua dekade terakhir. Diestimasikan sekitar 13 persen angka kematian ibu disebabkan oleh kondisi hipertensi pada kehamilan. Diperkirakan pula terjadi peningkatan kejadian hipertensi dan kematian akibat hipertensi pada wanita hamil dari tahun ke tahun (Statistik, 2022). Faktor risiko hipertensi lainnya adalah: faktor genetik, umur, etnis, stres, kebiasaan merokok, usia diatas 35 tahun, pendidikan di bawah SMP, memiliki riwayat hipertensi, memiliki kebiasaan konsumsi makanan asin dan LILA diatas 30 (Setyawati et al., 2016). Selain itu perlu peningkatan skrining hipertensi sebagai early detection bagi ibu hamil yang mempunyai risiko terhadap gangguan hipertensi dalam kehamilan. Perlu pemantauan perkembangan penyakit dan penambahan berat badan selama kehamilan (Kartika Sari et al., 2016)..

Hamil merupakan salah satu tahap penting dalam kehidupan seorang wanita yang seringkali diiringi oleh berbagai tantangan dan risiko kesehatan, terutama bagi mereka yang mengalami kondisi hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hipertensi pada ibu hamil merupakan masalah serius yang dapat membahayakan kesehatan ibu dan janin, serta meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan, persalinan, dan bahkan pasca persalinan (Alatas, 2019; Ristyaningsih et al., 2019). Hipertensi dalam kehamilan pada ibu bisa mengakibatkan eklampsia, hemoragik, isemik stroke, kerusakan hati, HELLP sindrom, gagal hati, disfungsi ginjal, persalinan cesar, persalinan dini, dan abruptio plasenta, risiko kembali mengalami hipertensi pada kehamilan berikutnya, komplikasi kardiovaskular, penyakit ginjal dan timbulnya kanker. Sedangkan dampak pada janin bisa menyebabkan kelahiran preterm, induksi kelahiran, gangguan pertumbuhan janin, sindrom pernapasan, kematian janin (Aryani et al., 2021; Freike et al., 2023).

Hipertensi pada ibu hamil menjadi perhatian serius karena dapat meningkatkan risiko preeklampsia, eklampsia, hingga komplikasi maternal dan perinatal yang fatal. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan terapeutik yang holistik dan aman untuk mengelola hipertensi pada ibu hamil, yang tidak hanya efektif namun juga tidak menimbulkan risiko tambahan bagi kesehatan ibu dan janin (Setyaningsih et al., 2021). Pengelolaan hipertensi pada ibu hamil tidak hanya memerlukan pendekatan medis yang konvensional, tetapi juga memperhatikan alternatif terapi yang aman dan efektif. Dalam beberapa tahun terakhir, terapi komplementer seperti akupresur dan aromaterapi lemon telah muncul sebagai opsi yang menjanjikan dalam membantu menurunkan tekanan darah dan memberikan efek relaksasi pada sistem saraf otonom (Jannah et al., 2024; Roswita, 2022; Sukmadi et al., 2021; Wiranto & Putriningtyas, 2021). Terapi ini bekerja

melalui stimulasi titik akupresur tertentu yang dapat meningkatkan sirkulasi darah dan mengurangi stres, serta efek aromaterapi lemon yang menenangkan dan membantu menurunkan tekanan darah melalui pengaruh terhadap sistem limbik.

Terapi alternatif seperti akupresur dan aromaterapi lemon semakin mendapat perhatian dalam manajemen berbagai kondisi kesehatan, termasuk hipertensi pada ibu hamil, karena sifatnya yang non invasif, aman, dan mendukung keseimbangan tubuh secara alami (Komariah et al., 2021). Akupresur, yang merupakan bagian dari pengobatan tradisional Tiongkok, telah terbukti efektif menurunkan tekanan darah dengan cara menstimulasi sistem saraf otonom dan memperbaiki sirkulasi darah melalui tekanan lembut pada titik-titik tertentu di tubuh (Sukmadi et al., 2021). Selain itu, aromaterapi lemon berperan dalam memberikan efek relaksasi, menurunkan tingkat stres, serta membantu menstabilkan tekanan darah melalui pengaruh pada sistem limbik dan aktivitas parasimpatis (Ristyaningsih et al., 2019; Setyaningsih et al., 2021).

Titik utama yang dapat berfungsi untuk menurunkan tekanan darah dan tingkat kecemasan antara lain adalah titik HT 7 (Pergelangan tangan), Gv20 (Puncak kepala), LR 3 (Bagian atas Kaki), dan Li 11 (Lipatan Siku), cara pijatan yaitu menggunakan jari jari tangan atau alat pijat untuk melakukan penekanan, pengetukan, dan pengurutan di area titik ini selama 3-5 menit (Suryawan et al., 2022; Yatmihatun et al., 2018). Akupresur berfungsi untuk menstimulasi keluarnya serotonin dan endorfin sebagai neurotransmitter yang berperan sebagai pembawa impuls ke batang otak sehingga menyebabkan aktivasi kelenjar pineal untuk menghasilkan hormon melatonin. Hormon melatonin berperan penting sebagai pengatur tekanan darah dalam tubuh (Komariah et al., 2021; Yulida et al., 2024).

Aromaterapi lemon, yang menggunakan minyak esensial lemon yang dikenal karena sifat relaksasinya dan penenang, telah terbukti efektif dalam mengurangi stres, meningkatkan suasana hati, dan bahkan menurunkan tekanan darah. Minyak esensial yang dihasilkan dari lemon merupakan minyak yang memiliki kandungan flavonoid dan limonena tertinggi yaitu 70,58% yang bersifat anti cemas, antistress, mencegah hipertensi dan anti depresi (Fandizal et al., 2020; Kanza, 2019). Jika minyak aromaterapi dihirup, molekul-molekul yang ada pada minyak tersebut akan terbawa oleh arus turbulen ke langit-langit hidung. Pada langit-langit hidung terdapat bulu-bulu halus yang menjulur dari sel-sel reseptor ke dalam saluran hidung. Ketika molekul minyak tertahan pada bulu-bulu ini suatu impuls akan ditransmisikan lewat bulbus olfaktorius dan traktus olfaktorius ke dalam sistem limbik. Proses ini akan memacu memori dan emosional yang lewat hipotalamus bekerja sebagai pemancar serta regulator menyebabkan pesan tersebut dikirim ke bagian otak yang lain dan bagian tubuh lainnya. Pesan yang diterima akan diubah menjadi kerja sehingga terjadi pelepasan zat-zat

neurokimia yang bersifat euforik, relaksan, sedatif sehingga mengalami penurunan tekanan darah (Pramudaningsih & Afriani, 2019; Ika, 2022).

Aromaterapi merupakan alat bantu yang berkhasiat untuk mengeluarkan zat-zat yang dihasilkan oleh minyak esensial secara langsung. Zat-zat yang dihasilkan berupa tetes uap yang halus, serta uap yang terhirup melalui hidung dan akan tertelan lewat mulut. Caranya adalah air 100 ml, teteskan 3-5 tetes minyak aromaterapi dan nyalakan diffuser dan tunggu hingga tercium baunya kemudian mulai hirup aromaterapi tersebut (Nuriya et al., 2021; Roswita, 2022). Adapun yang menjadi tujuan utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan masyarakat desa beka dalam penggunaan akupresur dan aromaterapi lemon pada ibu hamil dengan hipertensi.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian ini dilakukan pada hari Senin s.d Rabu, 02 s.d 04 Juni 2025 mulai pukul 09.00 – 12.00 WITA di Desa Beka, dengan dihadiri 25 masyarakat desa Beka (kader, dan ibu hamil) di wilayah kerja Puskesmas Marawola Kabupaten Sigi. Adapun bentuk kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Tahap pra kegiatan dimulai dengan identifikasi masalah dan kebutuhan di lapangan melalui observasi awal dan komunikasi dengan pihak desa, tenaga kesehatan setempat, selanjutnya pengurusan izin kepada kepala Desa Beka, mempersiapkan media edukasi menggunakan booklet, persiapan alat tensimeter, minyak, aromaterapi lemon, difuser instrument kegiatan kuesioner pengukuran tingkat pengetahuan, melakukan koordinasi dengan bidan desa yang bertanggung jawab terhadap Desa Beka, serta koordinasi dengan pihak kelurahan dan kader yang ada di Desa Beka.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan pemberian edukasi dilaksanakan di balai desa Beka dengan melibatkan bidan desa, ibu hamil dan kader Posyandu dari wilayah desa setempat. Pemberian edukasi dilaksanakan secara tatap muka dengan menerapkan metode kombinasi ceramah dan diskusi untuk mempermudah materi dipahami dan di aplikasikan oleh peserta:

a. Pemeriksaan Tekanan Darah

Pemeriksaan tekanan darah pada ibu hamil untuk memantau kondisi sirkulasi dan mendeteksi dini resiko preeklamsia sebelum dan sesudah kegiatan.

b. Edukasi dan Diskusi

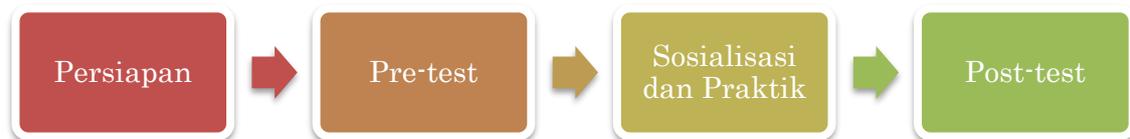
Edukasi atau penyuluhan berupa ceramah serta tanya jawab mengenai kombinasi penggunaan akupresure dan aromaterapi lemon dapat menjadi solusi yang menjanjikan dalam mengelola hipertensi pada ibu hamil. Penggunaan teknik-teknik ini secara terintegrasi

dapat membantu penurunan tekanan darah tinggi, meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan, dan mengurangi risiko komplikasi yang terkait dengan hipertensi selama kehamilan. Metode ceramah menggunakan power point yang berisi gambar dan video serta membagikan booklet.

- c. Pelatihan akupresur dan aromaterapi lemon menggunakan video yang diputar dan di nonton secara bersama serta melakukan gerakan yang sesuai dengan standar operasional prosedur.

3. Tahap Evaluasi

Pengukuran tingkat pengetahuan dan keterampilan menggunakan kuesioner (Pre-test), lalu dilakukan sosialisai yang berupa ceramah; tanya jawab; praktik akupresur dan pengenalan aromaterapi. Kemudian dilakukan evaluasi hasil akhir dengan membagikan kembali kuesioner yang sama (Post-test). Indikator keberhasilan pengabdian ini dengan membandingkan hasil kuesioner awal dan akhir setelah melakukan sosialisai dan praktik menggunakan booklet dan video praktik akupresur dan aromaterapi lemon pada ibu hamil penderita hipertensi. Adapun alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Alur pelaksanaan kegiatan pegabdian masyarakat

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 02 sampai dengan 04 Juni 2025 di Balai Desa Beka Kecamatan Marawola, Kabupaten Sigi dan yang menjadi peserta adalah ibu hamil dan kader yang berjumlah 25 orang.

1. Tahap Persiapan

Proses persiapan berupa, persiapan alat dan bahan untuk memberikan sosialisai seperti persiapan SAP, Power Point (PPT), kuesioner, dan video akupresur dan aromaterapi. Untuk booklet akupresur dan aromaterapi lemon sebagai alternatif terapi bagi ibu hamil dengan hipertensi telah memiliki sertifikat HAKI dengan nomor sertifikat EC002025069489 tertanggal 18 Juni 2025. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk kemitraan ini dilaksanakan oleh tim Poltekkes Kemenkes Palu diwilayah kerja Puskesmas Marawola Kabupaten Sigi telah dilaksanakan pada hari senin s.d rabu tanggal 02 s.d 04 Juni 2025 mulai pukul 09.00-11.00 Wita, dengan dihadiri oleh masyarakat desa Beka yang terdiri dari kader dan ibu hamil.

2. Tahap Pelaksanaan

Sebelum kegiatan dimulai peserta terlebih dahulu mengisi kuesioner pre test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta Selanjutnya proses pelaksanaan kegiatan diawali dengan pembukaan, pemberian edukasi kesehatan dengan metode ceramah mengenai hipertensi pada ibu hamil, penyebab, dampak terhadap kehamilan, serta pentingnya pengendalian tekanan darah secara alami. Kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi akupresure pada titik-titik yang berhubungan dengan relaksasi dan penurunan tekanan darah serta Pengenalan aromaterapi lemon, termasuk cara penggunaan, dosis aman, dan manfaatnya dalam menurunkan stres serta memperlancar sirkulasi darah, peserta diajarkan teknik dasar akupresure yang aman dilakukan secara mandiri di rumah, seperti terlihat pada Gambar 2 dan Gambar 3.



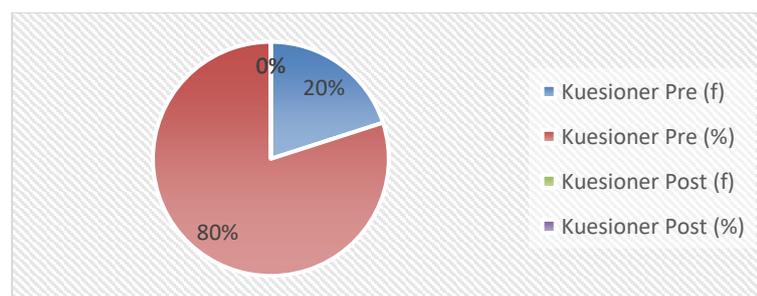
Gambar 2. Edukasi atau penyuluhan berupa ceramah



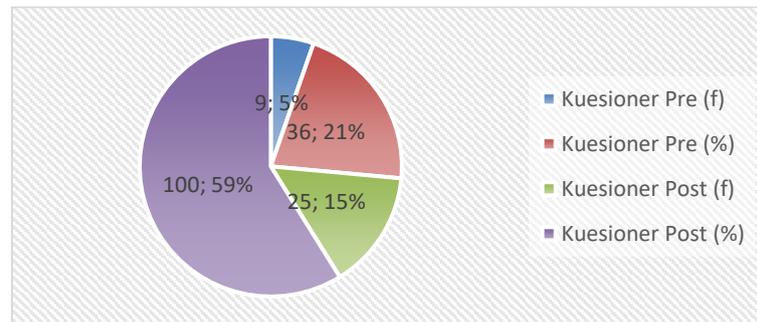
Gambar 3. Pelatihan akupresur

3. Tahap Evaluasi

Setelah kuesioner pre dan post terisi tim pengabdian selanjutnya menganalisis hasil untuk melihat peningkatan pengetahuan ibu. Hasil kuesioner pre post dapat dilihat pada Gambar 4, Gambar 5



Gambar 4. Presentasi tingkat pengetahuan dan keterampilan Pre – test



Gambar 5. Presentasi tingkat pengetahuan dan keterampilan Post – test

Tabel 1. Hasil Pengetahuan dan keterampilan dan Post Edukasi Hipertensi dan Terapi Komplementer

| Pengetahuan | Kuesioner Pre | | Kuesioner Post | |
|-------------|---------------|------|----------------|------|
| | (f) | (%) | (f) | (%) |
| Baik | 9 | 36 | 25 | 100 |
| Kurang | 16 | 64 | 0 | 0 |
| Total | 25 | 100% | 25 | 100% |

Sumber: data 2025

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Marawola Kabupaten Sigi telah terlaksana pada hari Senin s.d Rabu, 02 s.d 04 Juni 2025 sebanyak 25 masyarakat desa Beka yang terdiri dari 10 kader posyandu, dan 15 ibu hamil. Dari jumlah 25 responden, keseluruhan (100%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai penggunaan akupresur dan aromaterapi lemon sebagai alternatif terapi bagi ibu hamil dengan hipertensi. Pengetahuan Masyarakat desa Beka sebelum diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 9 orang (36%) dan kurang 16 orang (64%). Setelah diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 25 orang (100%). Pada kuesioner pertanyaan tentang “Hipertensi Kehamilan” dari 10 pertanyaan tentang: pengobatan dan pemicu hipertensi, sebagian besar (100%) dapat menjawab dengan benar, tentang cara prosedur akupresur dan aromaterapi sesuai standar (100%) dapat menjawab dengan benar. Dari hasil jawaban tersebut menunjukkan bahwa walaupun desa Beka merupakan salah satu desa dengan angka kematian ibu hamil dengan hipertensi, namun jika tidak secara rutin dilakukan kembali, maka praktik terapi komplementer tidak dapat dilakukan dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa masih sangat diperlukan penyegaran dan pelatihan kembali tentang bagaimana melakukan terapi akupresur dan aromaterapi minimal pada tingkat keluarga dan diri sendiri, serta pentingnya informasi- informasi terkait hipertensi dalam kehamilan sebagai pendekatan terapeutik yang berkelanjutan dan terukur yang mudah dilihat atau diakses oleh masyarakat sehingga kapanpun dan dimanapun dapat dilihat dan menjadi informasi bagi masyarakat.

Dalam kegiatan pengabdian tersebut, ada beberapa faktor pendukung dan penghambat terlaksananya kegiatan. Faktor yang mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat adalah partisipasi aktif dan baik dari seluruh masyarakat maupun pihak Puskesmas Marawola, ruangan yang disiapkan cukup kondusif dan nyaman sehingga memudahkan pengabdian melakukan penyuluhan serta mempraktikkan secara langsung bagaimana melakukan titik akupresur. Tidak ditemukan adanya faktor penghambat dalam kegiatan pengabdian, namun beberapa kekurangan yang belum terlaksana dalam kegiatan pengabdian adalah saat melakukan praktik akupresur tidak dapat dilakukan pada kondisi sebenarnya, oleh karena lingkungan dan sarana prasarana yang belum memadai sehingga pelaksanaan praktik hanya dapat dilakukan dalam bentuk simulasi pada ruangan tempat penyuluhan.

Dalam upaya deteksi dini hipertensi pada wanita hamil, disarankan agar ibu rutin memeriksakan kondisi tekanan darahnya sejak sebelum dan saat kehamilan. Akupresur merupakan salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dan dapat dimasukkan dalam rencana asuhan kebidanan. Tindakan promosi kesehatan pada bidan, kader maupun ibu hamil agar dapat meningkatkan keterampilan dalam melakukan terapi non farmakologis secara rutin dengan terapi akupresur untuk mengurangi keluhan akibat hipertensi (Haryani & Misniarti, 2020; Mustari et al., 2022).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Marawola desa Beka telah terlaksana pada hari Senin s.d Rabu, tanggal 02 s.d 04 Juni 2025 sebanyak 25 responden yang terdiri dari kader posyandu, dan ibu hamil. Dari jumlah 25 responden, keseluruhan (100%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai penggunaan akupresur dan aromaterapi lemon sebagai alternatif terapi bagi ibu hamil dengan hipertensi. Peningkatan kesadaran dan pengetahuan tentang bagaimana menghadapi hipertensi dalam kehamilan, termasuk melindungi kelompok rentan perlu diupayakan dalam penggunaan terapi komplementer dalam pengobatan medis nonkonvensional.

Saran bagi pihak desa Beka dan Puskesmas Marawola mengaktifkan kembali penyuluhan, konseling, pelatihan terkait terapi komplementer berbasis evidence based melalui berbagai media yang menarik masyarakat yang dapat dilakukan oleh pihak desa. Selain itu partisipasi masyarakat tidak kalah penting untuk tetap aktif dalam kegiatan pelatihan ataupun sosialisasi terkait terapi komplementer yang dilakukan oleh pihak desa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Poltekkes Kemenkes Palu yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik, pihak Desa Beka dan pihak Puskesmas Marawola serta masyarakat yang turut serta dalam terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Alatas, H. (2019). Hipertensi pada Kehamilan. *Herb-Medicine Journal*, 2(2), 27. <https://doi.org/10.30595/hmj.v2i2.4169>
- Aryani, N. P., Afrida, B. R., & Idyawati, S. (2021). Studi Kasus Hipertensi Dalam Kehamilan. *Jurnal Of Fundus*, 1(1), 22–29.
- Fandizal, M., Sani, D. N., & Astuti, Y. (2020). The Effect of Lemon, Watermelon, and Cucumber Infused Water to Decrease Blood Pressure. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(04), 172–177. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i04.680>
- Freike, Olga, S., Safitri, Y., Adam, Y., Elisabeth, Wahyuni, I., Solang, S. D., & Donsu, A. (2023). *Bunga Rampai Kebidanan Komplementer* (I). Media Pustaka Indo.
- Haryani, S., & Misniarti, M. (2020). Efektifitas Akupresure dalam Menurunkan Skala Nyeri Pasien Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Perumnas. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 2(1), 21–30. <https://doi.org/10.33088/jkr.v2i1.491>
- Jannah, A. F., Fitrianingtyas, R., & Sari, M. P. (2024). Pemberian Aromaterapi Lemon dan Relaksasi Napas dalam Dapat Menurunkan Tingkat Stres Ibu Hamil Trimester I di PMB L. *Jurnal Idaman*, 7(1), 9–13.
- Kanza, M. (2019). *Pengaruh Pijat Aromaterapi terhadap Perubahan Tanda-Tanda Vital dan Kualitas Tidur pada Anak Usia 6-24 Bulan dengan ISPA Ringan di Puskesmas Pudakpayung*. Poltekkes Kemenkes Semarang.
- Kartika Sari, N., Hakimi, M., & Baning Rahayujati, T. (2016). Determinan gangguan hipertensi kehamilan di Indonesia Determinants of pregnancy hypertensive disorders in Indonesia. *Journal Of Community Medicine and Public Health*, 32(9), 295–302.
- Komariah, M., Mulyana, A. M., Maulana, S., Rachmah, A. D., & Nuraeni, F. (2021). Literature Review Terkait Manfaat Terapi Akupresur Dalam Mengatasi Berbagai Masalah Kesehatan. *Jurnal Medika Hutama*, 02(01), 402–406.
- Mustari, R., Yurniati, Y., Elis, A., Maryam, A., Marlina, M., & Badawi, B. (2022). Edukasi Kesehatan Pada Ibu Hamil Tentang Resiko Kejadian Hipertensi Dan Cara Pencegahannya. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(4), 2587–2594. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i4.8843>
- Nuriya, Noor Alivian, G., & Taufik. (2021). Aromaterapi Sebagai Terapi Komplementer untuk Mengatasi Nyeri, Depresi, Mual dan Muntah pada Pasien Kanker: A Literature Review. *Journal of Bionursing*, 3(1), 1–11. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2021.3.1.86>
- Pramudaningsih, I. N., & Afriani, E. (2019). Pengaruh Terapi Inhalasi Uap Dengan Aromaterapi Eucalyptus Dengan Dalam Mengurangi Sesak Nafas Pada Pasien Asma Bronkial Di Desa Dersalam Kecamatan Bae Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 6(1), 16–29.
- Ristyaningsih, A., Kurniawati, F., & Yasin, N. M. (2019). Explorative Study on Hipertension Treatment among Pregnant Women. *Jurnal Manajemen Dan Pelayanan Farmasi (Journal of Management and Pharmacy Practice)*, 8(4), 189–199. <https://doi.org/10.22146/jmpf.40929>
- Roswita, R. (2022). Pengaruh Aromaterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah

- Pada Pasien Dengan Hipertensi : Literature Review. *Jurnal Skala Kesehatan*, 13(2), 122–130. <https://doi.org/10.31964/jsk.v13i2.368>
- Sari Ika, W. (2022). Pengaruh Aromaterapi Lemon Oil Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Desa Suwaru Kecamatan Pagelaran. *Journal Health Care Media*, 6(2), 95–100.
- Setyaningsih, D., Novika, A. G., & Safety, H. (2021). Pemanfaatan Terapi Komplementer Pada Asuhan Antenatal : Studi Kualitatif Utilization of Complementary Therapies in Antenatal Care : Qualitative Study. *Seminar Nasional UNRIYO*, 2(2), 172–179.
- Setyawati, B., Fuada, N., Salimar, S., & Rosha, B. C. (2016). Faktor Risiko Hipertensi Pada Wanita Hamil Di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2013). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 6(2), 77–87. <https://doi.org/10.22435/kespro.v6i2.4748.77-86>
- Statistik, B. P. (2022). *Profil Kesehatan Ibu dan Anak Provinsi Sulawesi Tengah Tahun 2022*. 1–209.
- Sukmadi, A., Alifariki, L. O., Mardhiah, I., & Kasman, A. (2021). Terapi Akupresur Menurunkan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 9(2), 109–114.
- Suryawan, P. A., Arneliwati, A., & Jumaini, J. (2022). Terapi Akupresur Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Holistic*, 6(2), 46–52. <https://doi.org/10.33377/jkh.v6i2.130>
- Wiranto, & Desy Putriningtyas, N. (2021). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *Indonesian Journal Of Public Health and Nutrition*, 1(3), 759–767.
- Yatmihatun, S., Kusumawati, H. N., & Haryanto, J. T. (2018). Efektifitas Pemberian Terapi Akupunktur Antara Titik Baihui (GV 20) Dengan Titik Anmian (EX-HN 16) Pada Lansia Dengan Kasus Insomnia Di Panti Wreda Darma Bakti Surakarta. *Jurnal Keterampilan Fisik*, 1(1), 70–74. <https://doi.org/10.37341/jkf.v1i1.76>
- Yulisda, D., Arjuna, & Permatasari, I. (2024). Pengaruh Pemberian Terapi Akupresur Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(2), 569–580.