**PENERAPAN TERAPI MASASE PUNGGUNG DALAM UPAYA MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI LUHUR (PSTW) JAMBI TAHUN 2022**

Tiara Ayu Saputri \* Bettrianto \*\* Zikran \*\*\*

Program Studi D-III Keperawatan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Garuda Putih

Email: [tiaraayusaputri0712@gmail.com](mailto:tiaraayusaputri0712@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang**: Hipertensi merupakan suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri, lebih dari 140/90 mmHg. Peningkatan tekanan darah akan menyebabkan pusing atau sakit kepala, sehingga dapat mempengaruhi aktivitas. Tindakan nonfarmakologi yang dapat dilakukan diantaranya tindakan masase punggung. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran pengaruh teknik masase punggung terhadap penurunan intensitas nyeri kepala pada pasien hipertensi.

**Metode**: jenis studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus dengan mencari atau menggali data terkait dengan prosedur teknik masase punggung dalam upaya menurunkan nyeri kepala pada penderita hipertensi.

Hasil: studi kasus pada artikel jurnal nasional menunjukkan terapi masase punggung terbukti efektif untuk menurunkan skala nyeri pada penderita hipertensi.

**Saran**: teknik masase punggung sebaiknya digunakan oleh praktisi di tatanan pelayanan kesehatan sebagai salah satu intervensi untuk mengatasi nyeri kepala pada penderita hipertensi.

**Kata Kunci :** Nyeri Kepala, Masase Punggung, Hipertensi.

**APPLICATION OF BACK MASSAGE THERAPY IN EFFORTS TO REDUCE HYPERTENSION PAIN AT THE JAMBI SOCIAL INSTITUTION IN 2022**

Tiara Ayu Saputri \* Bettrianto \*\* Zikran \*\*\*

D-III Of Nursing Study Program

Institute Of Health Science Garuda Putih

Email: [tiaraayusaputri0712@gmail.com](mailto:tiaraayusaputri0712@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is an abnormal increase in blood pressure in arteries, more than 140/90 mmHg. Increased blood pressure will cause dizziness or headaches, which can affect activity. Nonpharmacological actions that can be performed include back massage. This study aims to obtain a picture of the effect of back massage techniques on the reduction in headache intensity in hypertensive patients

**Method**: descriptive study type with a approach by searching for or digging up data related to the back massage procedure in an effort to reduce headache in patients with hypertension.

**Results:** national journal article shows that back massage therapy has been shown to be effective in reducing pain scales in people with hypertension.

Suggestion: back massage techniques should be used by practitioners in the health care setting as one of the interventions to overcome headaches in people with hypertension.

**Keywords:** Head Pain, Back Massage, Hypertension.