

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN MASSAGE PUNGGUNG UNTUK
MENGURANGI NYERI KEPALA PADA SUBJEK
HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
PADA TAHUN 2026**



**Kemenkes
Poltekkes Medan**

**GRESIA KABEAKAN
NIM. P07520423016**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN DAIRI
TAHUN 2026**

SCIENTIFIC PAPER
THE APPLICATION OF BACK MASSAGE
TO REDUCE HEADACHES IN HYPERTENSIVE
SUBJECTS AT SIDIKALANG REGIONAL
GENERAL HOSPITAL
IN 2026



GRESIA KABEAKAN
STUDEN ID. P07520423016

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
MEDAN HEALTH POLYTECHNIC
DEPARTMENT OF NURSING
D-III NURSING STUDY PROGRAM DAIRI
YEAR 2026

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK
MENGURANGI NYERI KEPALA PADA SUBJEK
HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
PADA TAHUN 2026

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Dan Memperoleh Gelar
Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) Pada Program Studi D-III
Keperawatan Dairi Jurusan Keperawatan Politeknik
Kesehatan Kemenkes Medan



GRESIA KABEAKAN
NIM. P07520423016

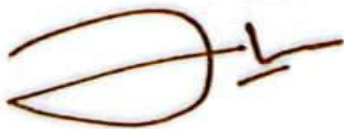
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN DAIRI
TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK
MENGURANGI NYERI KEPALA PADA SUBJEK
HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
PADA TAHUN 2026

Diusulkan Oleh
GRESIA KABEAKAN
NIM. P07520423016

Telah disetujui di Sidikalang
Pada tanggal, 26 Maret 2026

Pembimbing Utama,



Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep
NIDN.4015077401

Pembimbing Pendamping,



Jojo Silaban, SST, S.Kep, M. Kes
NIDN. 3418047301

Ketua Program Studi
D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan



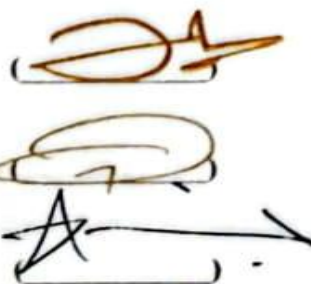
Jojo Silaban, SST, S.Kep, M.Kes
NIP. 197304182003122001

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK
MENGURANGI NYERI KEPALA PADA SUBJEK
HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
PADA TAHUN 2026

Telah dipersiapkan dan disusun oleh
GRESIA KABEAKAN
NIM. P07520423016

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal, 26 Maret 2026

1. Ketua Penguji : Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep
NIDN. 4015077401
2. Penguji II : Heriaty Berutu, SST, M.K.M
NIDN: 3414077001
3. Penguji II : Risdiana Melinda Naibaho, SST, S.Kep, M.Kes
NIDN. 3423037801



Sidikalang, 26 Maret 2026

Mengetahui
Ketua Program Studi
D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan



Injor Silaban, SST, S.Kep, M.Kes
NIP. 197304182003122001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Gresia Kabeakan
NIM : P07520423016
Program Studi : Diploma III Keperawatan Dairi
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan Bahwa Saya Tidak Melakukan Kegiatan Plagiat Dalam Penulisan Karya Tulis Ilmiah Saya Yang Berjudul : **“Penerapan *Massage* Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Subjek Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026”**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Sidikalang, 26 Maret 2026

Penulis,



Gresia Kabeakan
NIM.P07520423016

ABSTRAK
PENERAPAN *MASSAGE* PUNGGUNG UNTUK
MENGURANGI NYERI KEPALA PADA SUBJEK
HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH SIDIKALANG
PADA TAHUN 2026

Gresia Kabeakan, Solihhudin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep
Jojo Silaban, SST, S. Kep, M.Kes

Prodi D-III Keperawatan Dairi Poltekkes Kemenkes Medan
Email: gresiakabeakan@gmail.com

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi dan menjadi penyebab kematian akibat komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi dapat menimbulkan keluhan nyeri kepala akibat gangguan sirkulasi darah di pembuluh darah otak. Nyeri kepala yang dialami pasien hipertensi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup pasien. Data menunjukkan bahwa kejadian nyeri kepala pada pasien hipertensi cukup tinggi dengan prevalensi nyeri sedang sebesar 45,6%. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk membantu mengurangi nyeri kepala adalah *massage punggung*. *Massage punggung* merupakan tindakan memberikan pijatan pada area punggung dengan teknik tertentu untuk memberikan efek relaksasi, melancarkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien. Intervensi ini dapat membantu menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Tujuan Studi Kasus: Menggambarkan penerapan *massage punggung* untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang.

Metode Studi Kasus: Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif pada dua pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang tahun 2026. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Intervensi *massage punggung* diberikan selama 15 menit sebanyak dua kali sehari, yaitu pagi dan siang, sesuai prosedur operasional standar. Evaluasi dilakukan dengan memantau skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dan tekanan darah sebelum dan sesudah tindakan.

Hasil: Hasil menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami penurunan skala nyeri kepala setelah dilakukan *massage punggung*. Pasien tampak lebih rileks, keluhan nyeri berkurang, serta terjadi perbaikan tekanan darah selama masa intervensi.

Kesimpulan dan Saran: *Massage punggung* efektif dalam membantu mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi. Intervensi ini dapat digunakan sebagai terapi nonfarmakologis dalam asuhan keperawatan. Disarankan agar perawat dapat menerapkan *massage punggung* sebagai tindakan mandiri untuk meningkatkan kenyamanan pasien hipertensi.

Kata Kunci: Nyeri Kepala, *Massage Punggung*, Hipertensi

ABSTRACT

THE APPLICATION OF BACK MASSAGE TO REDUCE HEADACHES IN HYPERTENSIVE SUBJECTS AT SIDIKALANG REGIONAL GENERAL HOSPITAL IN 2026

Gresia Kabeakan, Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep
Jojo Silaban, SST, S.Kep, M.Kes

Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Associate Degree Of Nursing In Dairi
Email: gresiakabeakan@gmail.com

Background: Hypertension is a widely prevalent health issue and a leading cause of death due to complications such as stroke, heart disease, and kidney failure. Increased blood pressure in hypertensive patients can trigger headache complaints resulting from compromised blood circulation within cerebral vessels. The headaches experienced by these patients can disrupt daily activities and lower their overall quality of life. Data indicates a high incidence of headaches in hypertensive patients, with a moderate pain prevalence reaching 45.6%. One non-pharmacological nursing intervention that can be applied to help alleviate these headaches is a back massage. A back massage involves applying specific manual manipulation techniques to the back area to induce relaxation, improve blood circulation, reduce muscle tension, and enhance patient comfort. This intervention can subsequently help mitigate headaches in hypertensive individuals.

Objective: To describe the application of back massages to reduce headaches in patients with hypertension at Sidikalang Regional General Hospital.

Methods: This research employed a descriptive case study method focusing on two hypertensive patients experiencing headaches at Sidikalang Regional General Hospital in 2026. Data collection was conducted through interviews, observations, physical examinations, and documentation. The back massage intervention was administered for 15 minutes twice daily (morning and afternoon) in accordance with standard operating procedures. Evaluation was carried out by monitoring pain scales using the Numeric Rating Scale (NRS) and measuring blood pressure before and after each session.

Results: The results demonstrated that both subjects experienced a decrease in their headache pain scale after receiving the back massages. The patients appeared more relaxed, reported diminished pain complaints, and showed improvements in blood pressure readings throughout the intervention period.

Conclusion: Back massages are effective in helping reduce headaches in patients with hypertension. This intervention can be utilized as a supportive non-pharmacological therapy within nursing care. It is recommended that nurses implement back massages as an independent nursing action to improve the comfort levels of hypertensive patients.

Keywords: Headache, Back Massage, Hypertension



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur Penulis ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya yang tak terhingga, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul **“Penerapan *Massage Punggung* Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Subjek Hipertensi Di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Tahun 2026”**.

Dalam kesempatan ini, saya ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan bimbingan selama proses penelitian dan penyusunan laporan ini, disampaikan kepada :

1. Tengku Sri Wahyuni, S.Sit., M.Keb selaku Plt. Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Jojor Silaban, SST., S.Kep., M.Kes selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan sekaligus pembimbing pendamping KTI
3. Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep sebagai Pembimbing Utama.
4. Heriaty Berutu, SST, M.K.M Penguji 1 dan Risdiana Melinda Naibaho, SST, S.Kep, M.Kes Penguji 2.
5. Herlina Evi Yanti, SST, M.K.M selaku Dosen Pembimbing Akademik
6. dr. Mey Margareta Sitanggang selaku Direktur UPT RSUD Sidikalang yang telah memberikan izin penelitian
7. Tn. E dan Tn. A selaku responden yang telah bersedia menjadi subjek studi kasus
8. Teristimewa kepada kedua orang tua penulis, Ayahanda Talang Kabeakan, Ibunda Emmi dan abang saya Abdi, Hendra, Romo, Joel, dan Ellia yang telah memberikan, doa, serta semangat yang luar biasa
9. Seluruh Dosen dan Tenaga Kependidikan di Prodi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan.

Penulis telah berupaya semaksimal mungkin dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca demi perbaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga hasil penelitian studi kasus ini dapat memberikan manfaat bagi peneliti dan pihak-pihak lain yang memerlukannya.

Sidikalang, 26 Maret 2026

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
BIODATA PENULIS	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 xii
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Studi Kasus	4
D. Manfaat Studi Kasus	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 6
A. Konsep Dasar <i>Massage</i> Punggung	6
1. Definisi <i>Massage</i> Punggung	6
2. Manfaat <i>Massage</i>	6
3. Tujuan <i>Massage</i> Punggung	7
4. Jenis-jenis <i>Massage</i>	7
5. Mekanisme <i>Massage</i> Punggung Terhadap Nyeri	8
6. Prosedur <i>Massage</i> Punggung	8
B. Konsep Dasar Nyeri Kepala	9
1. Definisi Nyeri Kepala	9
2. Penyebab Nyeri Kepala	9
3. Tanda dan Gejala	9
4. Jenis - Jenis Nyeri Kepala	9
5. Pengukuran Skala Nyeri	10
6. Penatalaksanaan Nyeri Kepala	13
C. Konsep Dasar Hipertensi	16
1. Definisi Hipertensi	16
2. Klasifikasi Hipertensi	17
3. Penyebab Hipertensi	17
4. Faktor Penyebab Hipertensi	18
5. Pathofisiologi Hipertensi	18
6. Tanda dan Gejala	18
7. Komplikasi Hipertensi	19
8. Penanganan Hipertensi	20
9. Pemeriksaan Diagnostik	21
10. Asuhan Keperawatan Pada Hipertensi	22

BAB III METODE STUDI KASUS	27
A. Rancangan Studi Kasus.....	27
B. Subjek Studi Kasus.....	27
C. Fokus Studi Kasus.....	28
D. Definisi Operasional Studi Kasus	28
E. Instrumen Studi Kasus.....	29
F. Metode Pengumpulan Data.....	30
G. Lokasi dan waktu penulisan	30
H. Penyajian Data	30
I. Etika Studi Kasus.....	31
 BAB IV HASILDAN PEMBAHASAN	 32
A.Hasil Studi Kasus.....	32
1. Gambaran Tempat Studi Kasus	32
2. Proses Keperawatan.....	33
a. Pengkajian.....	33
b. Analisa Data	38
c. Diagnosa Keperawatan	39
d. Intervensi Keperawatan	40
e. Implementasi Keperawatan.....	43
f. Evaluasi Keperawatan	44
B.Pembahasan	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
 DAFTAR PUSTAKA.....	 58

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi ESH 2023.....	17
Tabel 3.1 Definisi Operasional	28
Tabel 4.1 Analisa Data Tn.E (1)	38
Tabel 4.2 Analisa Data Tn. A (2).....	39
Tabel 4.3 Intervensi dan rasional subjek 1	41
Tabel 4.4 Intervensi dan rasional subjek 2.....	42
Tabel 4.5 Evaluasi subjek 1	45
Tabel 4.6 Evaluasi subjek 2	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Visual Analog Scale.....	11
Gambar 2.2 Numeric Rating Scale.....	12
Gamabar 2.3 Wong Baker Pain Rating Scale.....	12

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Kuesioner.....	61
Lampiran 2. Lembar <i>Infomed Consent</i>	65
Lampiran 3. Lembar Surat Ijin Penelitian.....	67
Lampiran 4. Lembar Balasan Surat Ijin Penelitian	68
Lampiran 5. Lembar <i>Ethical Clearance</i>	69
Lampiran 6. Lembar Observasi.....	70
Lampiran 7. Lembar Konsultasi Bimbingan.....	76
Lampiran 8. Lembar Dokumentasi Penelitian	80
Lampiran 9. Lembar Bukti Turnitin.....	82