KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI PIJAT PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN

HERAWATI MANIK
P07520123050

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

PENERAPAN TERAPI PIJAT PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN

Karya Tulis Ilmiah/Laporan Kasus

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep) pada Program Studi D-III Keperawatan Medan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

HERAWATI MANIK

P07520123050

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEPERAWATAN

PRODI D-III KEPERAWATAN

TAHUN 2026

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI PIJAT PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN

Diusulkan Oleh

HERAWATI MANIK

P07520123050

Telah diterima dan disetujui untuk dihadapkan penguji

Pada tanggal 25 Mei 2026

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Ida Suryani Hsb,S.Kep.,Ns.,M.Kep	Sulastri G.P Tambunan,S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP.197703122002122002	NIP.198106172002122001

Kaprodi D-III Keperawatan Medan

Masnila,S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Pd

NIP. 1970113019930320

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN TERAPI PIJAT PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

HERAWATI MANIK

P07520123050

Telah dipertahankan Didepan Tim Penguji

Pada Tanggal 25 Mei 2026

1. Ketua Penguji	**: Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns.,M.Kep**	
2. Penguji I	**: Elny Lorensi Silalahi,S.Kep., Ns., M.Kes**	( )
3. Penguji II	**: Marlisa, S.Kep., Ns., M.Kep**	( )

Medan, 25 Mei 2026

Mengetahui:

Kaprodi D-III Keperawatan Medan

Masnila, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Pd

NIP.197011301993032013

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Herawati Manik
NIM	: P07520123050
Program Studi	: Diploma III
Jurusan	: Keperawatan
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

PENERAPAN TERAPI PIJAT PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN NYERI KEPALA PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI RSU HAJI MEDAN

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.

Medan, 25 Mei 2026

Penulis



Herawati Manik

NIM.P07520123050

FORMAT BIODATA PENULIS



BIODATA PENULIS

Nama	: Herawati Manik
Tempat Tanggal Lahir	: Ambarita, 02 Oktober 2004
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat Rumah	: Ambarita
Nomor Hp	: 0813-7302-5928

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD NEGERI 1 AMBARITA
2. SMP : SMP NEGERI 1 SIMANINDO
3. SMA : SMA NEGERI 1 SIMANINDO

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul penerapan terapi pijat punggung untuk menurunkan nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi di RSU Haji Medan dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesikannya Karya Tulis Ilmiah ini, perkenankan penulis untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
3. Ibu Masnila, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns.,M. selaku pembimbing utama dan Ibu Sulastri GP Tambunan,S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Elny Lorensi Silalahi,S.Kep., Ns., M.Kes selaku penguji 1 dan Ibu Marlisa, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji 2 dalam karya tulis ilmiah ini.
6. Kepala/Direktur RSU Haji Medan, khususnya perawat yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian ini.
7. Dosen, tenaga pendidikan dan pranata laboratorium Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan yang telah dengan sabar mendidik dan mengajarkan kami ilmu keperawatan selama 3 tahun terakhir ini serta memberikan pengarahan yang tiada henti-hentinya baik dorongan spiritual maupun material sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
8. Teristimewa penulis sampaikan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada orang tua tercinta Bapak Hotdiman Bona M.Manik dan Ibu Rustani Siallagan yang sangat luar biasa atas segala nasehat serta doa tulus yang mereka berikan dan limpahan kasih sayang yang tiada hentinya sehingga penulis

mampu menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik. Terimakasih juga kepada saudara saya Riandy Fauzi Manik, Rini Lusiana Manik, Nelson Manik, Jelly Rohani Manik Dan Adik Saya Jhon Paulus Manik yang telah memberikan semangat dan motivasi selama proses penyusunan karya tulis ilmiah.

9. Teman-teman seperjuangan Prodi D-III Keperawatan Medan Angkatan 2023, semoga bisa bertemu kembali di kemudian hari dengan keadaan sukses.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 25 Mei 2026

Penulis,



Herawati Manik

ABSTRACT

APPLICATION OF BACK MASSAGE THERAPY TO REDUCE HEADACHE IN PATIENTS WITH HYPERTENSION AT HAJI MEDAN GENERAL HOSPITAL

Herawati Manik[1], Ida Suryani Hasibuan[2], ulastri G.P Tambunan,S.Kep.,Ns.,M.Kep[3]
Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health
Email: herawatimanik601@gmail.com

Background: Hypertension represents a critical non-communicable vascular disease frequently termed the "silent killer" due to its propensity to precipitate severe target-organ complications, including cerebrovascular accidents, heart failure, and cerebral hemorrhage. Cephalea is a primary clinical manifestation resulting from elevated systemic vascular resistance and altered cerebral hemodynamics. Back massage therapy serves as a structured non-pharmacological nursing intervention that stimulates cutaneous mechanoreceptors, inhibits nociceptive pain transmission via the gate-control mechanism, enhances parasympathetic tone, and promotes systemic muscle relaxation. **Objective:** This study aimed to evaluate the implementation of back massage therapy in reducing headache intensity among hypertensive patients at Haji Medan General Hospital. **Method:** A descriptive case study design was conducted involving two hypertensive patients presenting with cephalea who met the selection criteria. Pain intensity was evaluated pre- and post-intervention using the Numeric Rating Scale (NRS). Back massage therapy was administered for 10–15 minutes once daily over seven consecutive days, accompanied by continuous hemodynamic monitoring. Data collection integrated clinical interviews, physical observations, and standardized pain assessments. **Results:** Following the seven-day intervention, both participants demonstrated marked reductions in headache intensity. Baseline NRS pain scores decreased from 6 to 1 in Participant 1 and from 5 to 0 in Participant 2. These clinical improvements were accompanied by progressive arterial blood pressure reductions, decreased physiological stress, and enhanced muscular relaxation. **Conclusion :** Back massage therapy effectively reduced headache intensity and lowered blood pressure in hypertensive patients. Consequently, cardiovascular and medical-surgical nurses should incorporate back massage therapy as a safe, non-invasive, cost-effective supportive modality into routine hypertension nursing care protocols.

Keywords: Hypertension, back massage therapy, blood pressure, non-pharmacological intervention.

Abstrak

Penerapan Terapi Pijat Punggung Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Dengan Hipertensi Di Rsu Haji Medan

Herawati Manik, Ida Suryani Hasibuan, S.Kep., Ns., M.Kep, Sulastri G.P Tambunan,S.Kep.,Ns.,M.Kep
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Jl. Bunga Ncole Rayano.95 Kemenangan Tani,Kec. Medan Tuntungan 20136, Sumatra Utara, Indonesia
Gmail: herawatimanik601@gmail.com

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering disebut sebagai *silent killer* karena dapat menimbulkan komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan pecahnya pembuluh darah otak. Salah satu keluhan yang sering dialami pasien hipertensi adalah nyeri kepala. Penatalaksanaan nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk membantu menurunkan nyeri kepala yaitu terapi pijat punggung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan terapi pijat punggung dalam menurunkan nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi di RSU Haji Medan. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus deskriptif dengan jumlah subjek sebanyak 2 responden pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala. Pengukuran intensitas nyeri menggunakan Numerical Rating Scale (NRS). Intervensi terapi pijat punggung dilakukan selama 10–15 menit, satu kali sehari selama 7 hari berturut-turut. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri kepala pada kedua responden setelah diberikan terapi pijat punggung. Pada kasus 1, skala nyeri menurun dari skala 6 menjadi 1, sedangkan pada kasus 2 menurun dari skala 5 menjadi 0. Selain itu, kedua responden tampak lebih rileks, tenang, dan tekanan darah mengalami penurunan secara bertahap selama pemberian intervensi. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa terapi pijat punggung efektif dalam membantu menurunkan nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi. Terapi pijat punggung dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Kepala, Terapi Pijat Punggung

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN iii
BIODATA PENULIS iv
KATA PENGANTAR v
ABATRAK vii
DAFTAR ISI viii
DAFTAR TABEL x
DAFTAR GAMBAR xi
DAFTAR LAMPIRAN xii

BAB I PENDAHULUAN 1
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 teknik pijat punggung 6
1. Defenisi teknik pijat punggung 6
2. Manfaat pijat punggung 6
3. Pola gerakan teknik pijat punggung 6
4. Titik –titik pijat punggung 9
5. Prosedur terapi pijat pungung 10
B. Konsep Dasar Nyeri 12
1. Defenisi 12
2. Faktor yang Mempengaruhi 13
3. Skala Intensitas Nyeri 15
C. Konsep Dasar Hipertensi 17
1. Definisi 17
2. Etiologi 17
3. Patofisiolgi 18
4. Pathway 19
5. Klasifikasi Hipertensi 20
6. Tanda Dan Gejala 21
7. Penatalaksanaan 21
8. Komplikasi 23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 26
A. Rancangan Studi Kasus 26
B. Subjek Studi Kasus 26
C. Fokus Studi 27
D. Definisi Operasional Studi Kasus 27
E. Instrumen Studi Kasus 28
F. Metode pengumpulan data 28
G. Lokasi dan waktu 28
H. Penyajian data 29
I. Etika studi 29

BAB IV HASIL PEMBAHASAN 30
A. Gambaran Singkat Lokasi Studi Kasus 30
B. Hasil Penelitian 30
C. Pembahasan 36

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 39
A. Kesimpulan 39
B. Saran 40

DAFTAR PUSTAKA 40

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 SOP Pijat Punggung 10
Tabel 2.2 Skala nyeri FLACC 17
Tabel 2.3 Klasifikasi Hipertensi Menurut WHO-ISHWG 21
Tabel 3.1 Tabel Definisi Operasional 29
Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Studi Kasus 33
Tabel 4.2 Identifikasi Kasus 1 Dan Kasus 2 Sebelum Dilakukan Intervensi
Tabel 4.3 Intervensi Penerapan Pijat Punggung 34
Tabel 4.4 Evaluasi Penerapan Terapi Pijat Puunggung 36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan mengusap panjang *(long stroking)*.....7
Gambar 2.2 Gerakan melingkar *(circular stroking)* 7
Gambar 2.3 Gerakan kupu-kupu *(butterfly stroking)*..... 8
Gambar 2.4 Gerakan angka 8 telentang *(figure-eight stroking)* 8
Gambar 2.5 Skala Intenitas Nyeri *VDS (Verbal Descriptor Scale)* 15
Gambar 2.6 Skala Intenitas Nyeri *Neurumatik*..... 16
Gambar 2.7 Skala Intensitas Nyeri *Visual analog scale*..... 16
Gambar 2.8 Pathway Hipertensi 20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Survey Awal
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
Lampiran 3. Surat Persetujuan Penelitian
Lampiran 4. Keterangan Layak Etik
Lampiran 5. Surat Permohonan Responden
Lampiran 6. Lembar Observasi
Lampiran 7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 8. Dokumentasi
Lampiran 9. Sop Pijat Punggung
Lampiran 10. Daftar Bimbingan
Lampiran 11. Hasil Uji Turnitin