

ABSTRAK

Selvi Arianti (2024). Penerapan Terapi Pijat Punggung pada Lansia Hipertensi untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Nyeri Kepala di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Pekanbaru, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Hj. Sri Novita Yuliet, M.Kep., Sp.Kep.K, (II) Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes. Penguji (I) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep (II) Ns. Hj. Melly, SST., S.Kep., M.Kes.

Hipertensi merupakan suatu penyakit karena adanya peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Gejala yang sering timbul pada penderita hipertensi adalah rasa nyeri pada kepala. Salah satu teknik non farmakologis yang dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah dan nyeri kepala pada penderita hipertensi adalah pijat punggung. **Tujuan** dari karya tulis ilmiah ini adalah mendeskripsikan penerapan terapi pijat punggung pada lansia hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dan nyeri kepala. **Metode** yang digunakan adalah penelitian deskriptif studi kasus dengan 2 subjek. Pelaksanaan Pijat Punggung dilakukan dengan mengukur tekanan darah dan nyeri kepala sebelum dan sesudah diberikan Pijat Punggung menggunakan *sphygmomanometer* dan *numeric rating scale* yang dilaksanakan dalam waktu 20 menit selama 4 hari berturut-turut dengan frekuensi satu kali sehari pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Rejosari pada tanggal 22-25 April 2024. **Hasil** studi kasus ini didapatkan penurunan tekanan darah dan nyeri kepala pada subjek 1 tekanan darah awal 175/80 mmHg menjadi 155/60 mmHg dan nyeri skala 6 menjadi skala 2, subjek 2 tekanan darah awal 165/90 mmHg menjadi 145/60 mmHg dan nyeri skala 6 menjadi skala 1. Kesimpulan pada studi kasus ini bahwa pijat punggung dapat menurunkan tekanan darah dan nyeri kepala.

Kata Kunci : Hipertensi, Pijat Punggung, Tekanan Darah, Nyeri

ABSTRACT

Selvi Arianti (2024). Application of Back Massage Therapy in Hypertensive Elderly to Lower Blood Pressure and Headaches in the Working Area of the Rejosari Health Center. Case Study Scientific Paper, Pekanbaru Nursing DIII Study Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Riau. Supervisor (I) Ns. Hj. Sri Novita Yuliet, M.Kep., Sp.Kep.K, (II) Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes. Examiner (I) Ns. Erni Forwaty, S.Kep., M.Kep (II) Ns. Hj. Melly, SST., S.Kep., M.Kes.

Hypertension is a disease due to an increase in blood pressure $\geq 140/90$ mmHg. Symptoms that often arise in people with hypertension are pain in the head. One non-pharmacological technique that can be done to lower blood pressure and headaches in people with hypertension is back massage. **The purpose** of this scientific paper is to describe the application of back massage therapy in hypertensive elderly to lower blood pressure and headaches. **The method** used is descriptive research case study with 2 subjects. The implementation of Back Massage is carried out by measuring blood pressure and headaches before and after being given Back Massage using a sphygmomanometer and numeric rating scale which is carried out within 20 minutes for 4 consecutive days with a frequency of once a day in patients with hypertension in the work area of the Rejosari Health Center on April 22-25, 2024. **The results** of this case study found a decrease in blood pressure and headache in subject 1 initial blood pressure 175/80 mmHg to 155/60 mmHg and pain scale 6 to scale 2, subject 2 initial blood pressure 165/90 mmHg to 145/60 mmHg and pain scale 6 to scale 1. The conclusion in this case study is that back massage can lower blood pressure and headaches.

Keywords : Hypertension, Back Massage, Blood Pressure, Pain