

ABSTRAK

Pengaruh Pemberian *Back Massage* Terhadap Nyeri Kepala Pada Hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Denpasar

Bagus Komang Corry Agung Suarsananda¹, Ni Wayan Trisnadewi², Ni Kadek Yuni Lestari³

Introduction: Nyeri kepala merupakan masalah yang sering dirasakan oleh penderita hipertensi, disebabkan karena kerusakan vaskuler akibat dari hipertensi pada seluruh pembuluh perifer. Intervensi nonfarmakologi sebagai terapi pendukung dalam pengelolaan nyeri antara lain *Back massage* yang menyebabkan terjadinya pelepasan endorphen, sehingga memblok transmisi stimulus nyeri. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian *back massage* terhadap nyeri kepala pada hipertensi. **Method:** Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Experiment* dengan rancangan *pre-post test with control group design*. Sampel penelitian adalah pasien hipertensi sebanyak 30 orang terdiri 15 orang kelompok perlakuan dan 15 orang kelompok kontrol dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan *Visual Analogue Scale*, analisis menggunakan uji *paired t test* dan *Independent T Test*. **Result:** Hasil penelitian menunjukkan nyeri kepala pre test kelompok perlakuan dan kontrol rata-rata sebesar 6 termasuk nyeri sedang. Nyeri post test kelompok perlakuan rata-rata 2,73 termasuk ringan, sedangkan kelompok kontrol rata-rata sebesar 5,87 termasuk sedang. **Analisis:** Hasil uji *paired t test* pada kelompok perlakuan didapatkan nilai p value = sedangkan kelompok kontrol didapatkan p value = 0,433. Hasil uji statistik *Independent t test* didapatkan p value = 0,000 < 0,05 hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian *back massage* terhadap nyeri kepala pada hipertensi. **Discussion:** *Back massage* dapat meningkatkan aliran darah ke area yang dipijat. Peningkatan aliran darah dapat membantu dan meningkatkan pasokan oksigen ke otot-otot sehingga dapat membantu mengurangi rasa sakit pada kepala. Disarankan kepada rumah sakit dapat mempertimbangkan pembuatan SOP *back massage* sebagai salah satu alternatif dalam penatalaksanaan manajemen nyeri.

Kata Kunci: *Back Massage*, Lansia, Hipertensi, Nyeri Kepala

ABSTRACT

The Effect of Back Massage on Headache in Hypertensive Patients at Bhayangkara Hospital Denpasar

Bagus Komang Corry Agung Suarsananda¹, Ni Wayan Trisnadewi², Ni Kadek Yuni Lestari³

Introduction: Headache is a common complaint experienced by hypertensive patients, caused by vascular damage resulting from hypertension in peripheral blood vessels. Non-pharmacological interventions such as back massage can serve as supportive therapy in pain management by triggering the release of endorphins, which help block pain signal transmission. This study aimed to determine the effect of back massage on headaches in hypertensive patients.

Method: The research used a quasi-experimental design with a pre-post test with control group approach. The sample consisted of 30 hypertensive patients, with 15 assigned to the treatment group and 15 to the control group, selected using purposive sampling. Data were collected using the Visual Analogue Scale (VAS) and analyzed using paired t-test and independent t-test. **Result:** The results showed that the average pre-test headache score in both the treatment and control groups was 6, indicating moderate pain. Post-test scores showed a reduction in the treatment group to an average of 2.73 (mild pain), while the control group had an average score of 5.87 (still moderate pain). **Analisis:** The paired t-test in the treatment group yielded a significant p-value, while the control group showed a p-value of 0.433. The independent t-test showed a p-value of 0.000 (< 0.05), indicating a significant effect of back massage on reducing headache in hypertensive patients. **Discussion:** Back massage can improve blood flow to the massaged area, enhancing oxygen supply to the muscles and helping to reduce head pain. It is recommended that hospitals consider developing a standard operating procedure (SOP) for back massage as an alternative approach in pain management.

Keywords: *Back Massage, Elderly, Hypertension, Headache*