

STUDI KASUS ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN PASIEN HIPERTENSI PADA MASALAH KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN KOMBINASI PEMBERIAN *BACK MASSAGE* DAN TERAPI AKUPRESUR

Case Study Analysis of Nursing Care for Hypertensive Patients on Acute Pain Nursing Problems with a Combination of Back Massage and Acupressure Therapy

Tisna Astanti*
IGAA Sherlyna Prihandani
NLP Dian Yunita Sari

Stikes Bina Husada, Badung, Bali

*email: astanti.tisna@gmail.com

Abstrak

Nyeri kepala menjadi keluhan yang paling sering dilaporkan oleh penderita hipertensi dan sangat mengganggu dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Nyeri kepala diakibatkan karena peningkatan tekanan darah sehingga terjadi penurunan oksigen ke otak yang mengakibatkan metabolisme anaerob dan menghasilkan asam laktat dan akhirnya menstimulasi rangsang nyeri. Manajemen nyeri dilakukan untuk menangani nyeri agar pasien merasa aman dan nyaman, yang dapat dilakukan melalui intervensi farmakologi dan non farmakologi seperti relaksasi *autogenic*, akupresur, *back massage*, *foot massage*, kompres hangat dan *slow deep breathing*. Tujuan dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk mengetahui analisis asuhan keperawatan pasien hipertensi pada masalah keperawatan nyeri dengan kombinasi pemberian *back massage* dan terapi akupresur. Metode dalam penulisan karya ilmiah ini adalah studi kasus yang melibatkan tiga orang pasien hipertensi dengan pemberian intervensi kombinasi terapi *back massage* dan akupresur. Teknik pengambilan data yang digunakan wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi. Masalah keperawatan yang ditemukan adalah nyeri berhubungan dengan manifestasi klinis hipertensi. Intervensi utama adalah manajemen nyeri dengan pemberian kombinasi terapi *back massage* dan akupresur yang dilakukan satu kali sehari selama 30 menit dan di ulangi selama dua hari. Kombinasi terapi *back massage* dan akupresur efektif dalam menurunkan keluhan nyeri kepala yang dialami oleh ketiga pasien hipertensi. Pasien hipertensi agar lebih aktif dan mempraktikkan secara mandiri *back massage* dan akupresur untuk mengatasi berbagai keluhan akibat hipertensi.

Kata Kunci:

Hipertensi
Nyeri kepala
Back massage
Akupresur

Keywords:

Hypertension
Headache
Back massage
Acupressure

Abstract

Headache is the most common complaint reported by hypertensive patients and is very disturbing in carrying out daily activities. Headache is caused due to an increase in blood pressure resulting in a decrease in oxygen to the brain which results in anaerobic metabolism and produces lactic acid and ultimately stimulates pain stimulation. Pain management is done to handle pain so that patients feel safe and comfortable, which can be done through pharmacological and non-pharmacological interventions such as *autogenic relaxation*, *acupressure*, *back massage*, *foot massage*, *warm compresses* and *slow deep breathing*. The purpose of writing this scientific paper is to know the analysis of nursing care hypertensive patients on pain nursing problems with a combination of giving *back massage* and *acupressure therapy*. The method in writing this scientific paper is a case study involving three patients hypertension with the provision of combined interventions of *back massage therapy* and *acupressure*. Data collection techniques used are interviews, observations, physical examinations, and documentation studies. The nursing problem found was pain associated with clinical manifestations of hypertension. The main intervention is pain management by providing a combination of *back massage therapy* and *acupressure* which is done once a day for 30 minutes and repeated for two days. The combination of *back massage therapy* and *acupressure* is effective in reducing complaints of headache pain that is experienced by the third.



© 2025. Astanti et al. Published by Penerbit Forind. This is Open Access article under the CC-BY-SA 1 (http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/). <http://assyifa.forindpress.com/index.php/assyifa/index>

Submitted: 26-05-2025

Accepted: 07-07-2025

Published: 11-07-2025

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis yang serius dan dapat

meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya (Damayanti *et al.*, 2022). Hipertensi dikenal sebagai *heterogeneous*

group disease karena dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok umur, sosial, dan ekonomi. Hipertensi adalah suatu kondisi yang terjadi ketika tekanan pada pembuluh darah meningkat dengan sistol >140 mmHg dan diastole >90 mmHg (Kamelia *et al.*, 2021).

Prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, dimana secara global hingga tahun 2020, *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi (22% dari total populasi dunia) (WHO, 2023). Secara nasional hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi mengalami kenaikan dari 25,8% menjadi 34,1%. Prevalensi hipertensi berdasarkan usia penduduk ≥ 18 tahun (34,1%) yaitu 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%), dan usia 55-56 tahun (55,2%) (Kemenkes RI, 2018). Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2020 melaporkan berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi sebesar 30,97%, jauh meningkat dibandingkan data Riskesdas tahun 2013 sebesar 21,17%. Jumlah masyarakat di Kabupaten Badung yang terkena hipertensi dengan usia lebih dari 18 tahun sebanyak 63.191 orang, sedangkan untuk wilayah Kuta sendiri sejumlah 2.132 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2022).

Tingginya kasus penderita hipertensi karena banyak penderita hipertensi yang tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi oleh karena tidak munculnya gejala yang dirasakan. Gejalanya bisa termasuk sakit kepala dini hari, nyeri dada, sesak napas, jantung

berdebar, edema perifer, penglihatan kabur, nokturia, pusing dan telinga berdengung. Bentuk yang lebih parah mungkin menunjukkan kelelahan, mual, muntah, kebingungan, kecemasan, nyeri dada, nyeri kepala yang berat dan tremor otot (Cita & Ka'arayeno, 2022). Nyeri kepala yang dikategorikan sebagai nyeri kepala intracranial dengan ciri-ciri memiliki ciri-ciri terasa berat di tengkuk namun tidak berdenyut, sering muncul dipagi hari namun akan hilang seiring matahari terbit (Pramiyanti *et al.*, 2024).

Nyeri kepala menjadi keluhan yang paling sering dilaporkan oleh penderita hipertensi dan sangat mengganggu dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Purqoti *et al.*, 2021). Nyeri kepala diakibatkan karena peningkatan tekanan darah sehingga terjadi penurunan oksigen ke otak yang mengakibatkan metabolisme anaerob dan menghasilkan asam laktat dan akhirnya menstimulasi rangsang nyeri (Murtiono & Ngurah, 2020). Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan 58% pasien hipertensi mengalami gejala nyeri kepala (Purqoti *et al.*, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Ferdisa & Ernawati, (2021), juga menunjukkan 73% pasien hipertensi mengalami nyeri kepala dimana 40% mengeluhkan nyeri kepala ringan, 28% nyeri sedang dan 5% nyeri berat. Nyeri kepala pada pasien hipertensi apabila tidak ditangani dapat mengakibatkan gangguan tidur, cemas, emosional yang tidak stabil hingga mempengaruhi kualitas hidup pasien (Surya & Yusri, 2022). Dampak dari nyeri terhadap hal-hal yang lebih spesifik seperti pola tidur terganggu,

selera makan berkurang, aktivitas keseharian terganggu, hubungan dengan sesama manusia lebih mudah tersinggung, atau bahkan terhadap *mood* (sering menangis dan marah), kesulitan berkonsentrasi pada pekerjaan atau pembicaraan (Pramiyanti *et al.*, 2024).

Manajemen nyeri dilakukan untuk menangani nyeri agar pasien merasa aman dan nyaman, yang dapat dilakukan melalui intervensi farmakologi dan non farmakologi, secara farmakologis dapat dilakukan dengan memberikan analgesic, namun penatalaksanaan nyeri secara farmakologi memiliki efek samping seperti menyebabkan rasa kantuk, kecanduan, pendarahan lambung, kerusakan saluran cerna dan gangguan ginjal (Purqoti *et al.*, 2021). Intervensi nonfarmakologi sebagai terapi pendukung dalam pengelolaan nyeri dapat dilakukan dengan terapi komplementer seperti relaksasi *autogenic*, akupresur, *back massage*, *foot massage*, kompres hangat dan *slow deep breathing* (Fitria *et al.*, 2023).

Mencapai hasil maksimal penerapan kombinasi terapi komplementer perlu dilakukan seperti kombinasi *back massage* dengan akupresur. Pemijatan pada area punggung yang sering disebut *slow stroke back massage* merupakan salah satu teknik yang dilakukan menggunakan cara *massage* (usapan) punggung yang perlahan serta sentuhan. *Massage* atau sentuhan merupakan satu tindakan memberi kenyamanan yang bisa meringankan ketegangan, menenangkan seseorang dan meningkatkan peredaran darah. Teknik *slow stroke back massage* ini menyebabkan terjadinya pelepasan-endorfin, sehingga membatasi-jalan stimulus nyeri (Mahfuzah *et al.*,

2023). Teknik dalam melakukan *slow stroke back massage* dapat dilakukan dengan beberapa cara salah satunya dengan usapan kulit dengan kecepatan 60 kali dalam waktu lebih kurang 3 menit dengan perlahan serta berirama dengan tangan. Usapan yang pendek dan sirkuler cenderung bersifat menstimulasi, sedangkan usapan yang panjang serta lembut bisa menyampaikan kesenangan serta kenyamanan bagi seseorang sehingga dapat mengurangi keluhan nyeri (Damawiyah & Kamariyah, 2022). Terapi akupresur adalah salah satu jenis tindakan tradisional, yaitu keterampilan yang dilakukan dengan cara merangsang titik tertentu melalui penekanan pada permukaan tubuh dengan menggunakan jari maupun benda tumpul dengan tujuan untuk kebugaran dan membantu mengatasi masalah kesehatan (Artini & Handayani, 2021). Akupresur merupakan suatu bentuk fisioterapi dengan memberikan pijatan dan stimulasi pada titik atau titik tertentu pada tubuh, dilakukan dengan cara menekan selama 15-20 detik pada setiap tempat atau titik. Penekanan dilakukan dengan ujung jari pada saat awal harus dilakukan dengan lembut, kemudian secara bertahap kekuatan penekanan ditambah sampai terasa sensasi yang ringan, tetapi tidak sakit (Pramiyanti *et al.*, 2024). Titik akupresure untuk menurunkan gejala nyeri kepala pada titik SP6/Sanyinjiao yang terletak di sekitar tiga cun atau sekitar empat jari di atas mata kaki tepat di ujung tulang kering, titik jianjing atau titik G.B 21 di area lekukan bahu lurus ke bawah dari daun telinga (Kemenkes, 2021).

Penelitian yang dilakukan Pramiyanti *et al.*, (2024), menemukan bahwa terapi akupresure efektif terhadap keluhan nyeri kepala dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Rumah Sakit Ari Canti Gianyar. Penelitian lainnya juga menemukan pengaruh akupresur dan relaksasi autogenik terhadap tekanan darah dan tingkat nyeri penderita hipertensi (Rahayu & Sucipto, 2023). Hasil penelitian yang menunjukkan manfaat *back massage* terhadap nyeri seperti penelitian yang dilakukan oleh Surya & Yusri, (2022) menunjukkan terapi *Slow Stroke Back Massage* efektif untuk mengatasi nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Pebruari 2025 di Prodia Health Care Denpasar dengan melakukan wawancara terhadap 10 orang penderita hipertensi yang datang melakukan pemeriksaan laboratorium dengan menggunakan instrumen *Visual Analogue Scale* (VAS) didapatkan data seluruhnya mengalami nyeri kepala dimana sebanyak empat orang mengalami nyeri ringan (skala 1-3) sebanyak 5 orang mengalami nyeri kepala sedang (skala 4-6) dan sebanyak satu orang mengalami nyeri kepala berat (skala 7-9) upaya yang dilakukan oleh penderita untuk mengatasi nyeri kepala hanya dengan minum obat dari dokter, serta memijat daerah kepala selain itu belum ada upaya lain yang dilakukan untuk mengurangi gejala-gejala yang dirasakan. Berdasarkan uraian latar belakang diatas nyeri kepala merupakan masalah atau keluhan yang paling dirasakan penderita hipertensi yang berdampak pada pola tidur terganggu, selera

makan berkurang, aktivitas keseharian terganggu, mudah emosi dan tersinggung yang pada akhirnya akan mempengaruhi status kesehatan penderita hipertensi, sehingga sangat penting upaya atau inovasi untuk mengatasi keluhan nyeri pada penderita hipertensi. Penulis tertarik untuk melakukan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “ Analisis Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut dengan Kombinasi Pemberian *Back Massage* dan Terapi Akupresur di Prodia Health Care Denpasar”. Tujuan karya ilmiah ini yaitu mengetahui gambaran Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Pada Masalah Keperawatan Nyeri dengan Kombinasi Pemberian *Back Massage* dan Terapi Akupresur di Prodia Health Care Denpasar.

METODE PENELITIAN

Metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus proses asuhan keperawatan dilakukan dalam pengelolaan klien dengan nyeri akut, meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi, implementasi dan evaluasi. Pengambilan pasien dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling dalam Prodia Health Care Denpasar. Pasien sejumlah tiga orang yang mengalami hipertensi, tingkat kesadaran compos mentis, mampu berkomunikasi dengan baik dan bersedia menjadi subyek penelitian. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah numerik rating skala untuk mengukur skala nyeri dan Standar Operasioal Prosedur (SOP) *Back Masage* dan Terapi Akupresur. Instrument numerik rating

skala digunakan untuk menilai nyeri akut dengan katagori tidak nyeri skala 0, nyeri ringan skala 1-3, nyeri sedang skala 4-6, nyeri hebat 7-9 dan skala 10 nyeri sangat berat. Intervensi diberikan sebanyak tiga kali selama 30 menit dengan pengamatan yang dilakukan sebanyak 2 kali yaitu pengamatan awal (Pretest) dilakukan 10 menit sebelum intervensi, pengamatan kedua (Posttest) dilakukan dalam waktu 10 menit setelah diberikan intervensi.

HASIL

Pengkajian lakukan pada 3 pasien kelolaan penulis yang rerata berumur 48 tahun dengan semua jenis kelamin perempuan serta tidak bekerja. Keluhan utama saat pengkajian adalah nyeri kepala dan kaku pada leher. Pasien mengatakan menderita hipertensi sejak dua tahun yang lalu, sudah minum obat namun tidak teratur minum obat dan juga jarang kontrol. Pasien kontrol jika muncul keluhan dan jika obat sudah habis. Data subyektif yaitu pasien mengatakan sejak satu minggu ini merasakan sakit kepala dan kaku pada leher. Pasien juga mengatakan nyeri kepala semakin memberat sejak dua hari yang lalu kadang-kadang sampai muncul mual-mual. Nyeri yang dirasakan seperti tertusuk dan tertekan pada kepala dan leher, seperti memikul benda berat. Nyeri memberat saat bekerja atau duduk terlalu lama dan nyeri dirasakan berkurang jika ditidurkan dan dipijat pada leher dan punggung. Data objektif yaitu pasien tampak tegang dan kadang-kadang meringis sambil memijat dahinya. Keadaan umum pasien baik, kesadaran compos mentis,

vital sign menunjukkan bahwa: tekanan darah 160/100 mmHg suhu 36,5⁰ C, nadi 92 x/menit, respirasi 22x/ menit. Skala nyeri 5 (0-10).

Berdasarkan data yang didapatkan dari hasil pengkajian terfokus pada tiga pasien yaitu Ny "MJ", Ny "RS" dan Ny "WT" diperoleh data subjektif yaitu pasien mengatakan sakit kepala, pusing serta rasa kaku pada leher. Pasien mengatakan keluhan nyeri seperti tertekan benda berat, nyeri memberat ketika bekerja dan berjalan, sedangkan nyeri berkurang jika dibawa tidur dan minum obat.

Rumusan diagnosa keperawatan pada kasus kelolaan adalah nyeri berhubungan dengan manifestasi klinis penyakit hipertensi dibuktikan dengan pasien mengatakan sakit kepala, pusing serta rasa kaku pada leher.

Berdasarkan hasil dari diagnosa keperawatan yang muncul pada kasus kelolaan penulis yaitu nyeri akut, maka penulis merumuskan rencana asuhan keperawatan atau intervensi keperawatan yang akan diimplementasikan kepada pasien untuk mengatasi diagnosa nyeri akut pada kasus kelolaan yang berfokus pada pemberian *Back Masage* dan Terapi Akupresur.

Implementasi pada ketiga klien berfokus pada pemberian terapi nonfarmakologi yaitu memberikan *Back Masage* dan Terapi Akupresur selama 30 menit, mengukur tanda-tanda vital, memonitor skala nyeri.

Evaluasi terhadap keluhan nyeri yang dirasakan setelah pemberian intervensi *back massage* dan akupresur selama dua hari didapatkan masalah keperawatan nyeri sudah teratasi sesuai dengan kriteria hasil yang ditentukan yang dibuktikan

dengan respon subyektif yaitu pasien mengatakan keluhan nyeri kepala dan kaku pada leher lumayan jauh berkurang. Apalagi setelah Tindakan *back massage* sangat enak sekali saya rasakan. Respon objektif yaitu pasien tampak tenang dan kooperatif menceritakan manfaat dari intervensi yang diberikan. Kesadaran compos mentis (E4 V5 M6). TD: 150/90, S: 36,5°C, N: 80x/menit, R: 20x/menit. Skala nyeri 2 (0-10).

PEMBAHASAN

Nyeri harus menjadi perhatian bagi perawat karena bila tidak diatasi dapat menimbulkan komplikasi termasuk didalamnya syok, peningkatan resiko infeksi, peningkatan masa rawat inap di rumah sakit dan mempengaruhi kualitas hidup pasien (Artanti & Haryatmo, 2020). Penatalaksanaan nyeri melalui terapi farmakologi dan non farmakologi. Tindakan farmakologi sering menjadi pilihan utama dalam menangani nyeri, akan tetapi tindakan ini dapat menimbulkan efek samping yang merugikan bagi pasien seperti mual, muntah, gatal-gatal, depresi pernafasan dan gangguan psikologi (Anugerah *et al.*, 2017). Terapi non farmakologi menjadi alternatif untuk meredakan nyeri seperti relaksasi *autogenic*, akupresur, *back massage*, *foot massage*, kompres hangat dan *slow deep breathing* (Fitria *et al.*, 2023).

Mencapai hasil maksimal penerapan kombinasi terapi perlu dilakukan seperti kombinasi *back massage* dengan akupresur. Pemijatan pada area punggung yang sering disebut *slow stroke back massage* merupakan salah satu teknik yang

dilakukan menggunakan cara *massage* (usapan) punggung yang perlahan serta sentuhan. *Massage* atau sentuhan merupakan satu tindakan memberi kenyamanan yang bisa meringankan ketegangan, menenangkan seseorang dan meningkatkan peredaran darah. Teknik *slow stroke back massage* ini menyebabkan terjadinya pelepasan-endorfin, sehingga membatasi-jalan stimulus nyeri (Mahfuzah *et al.*, 2023). Teknik dalam melakukan *slow stroke back massage* dapat dilakukan dengan beberapa cara salah satunya dengan usapan kulit dengan kecepatan 60 kali dalam waktu lebih kurang 3 menit dengan perlahan serta berirama dengan tangan. Usapan yang pendek dan sirkuler cenderung bersifat menstimulasi, sedangkan usapan yang panjang serta lembut bisa menyampaikan kesenangan serta kenyamanan bagi seseorang sehingga dapat mengurangi keluhan nyeri (Damawiyah & Kamariyah, 2022).

Terapi akupresur adalah salah satu jenis tindakan tradisional, yaitu keterampilan yang dilakukan dengan cara merangsang titik tertentu melalui penekanan pada permukaan tubuh dengan menggunakan jari maupun benda tumpul dengan tujuan untuk kebugaran dan membantu mengatasi masalah kesehatan (Artini & Handayani, 2021). Akupresur merupakan suatu bentuk fisioterapi dengan memberikan pijatan dan stimulasi pada titik atau titik tertentu pada tubuh, dilakukan dengan cara menekan selama 15-20 detik pada setiap tempat atau titik. Penekanan dilakukan dengan ujung jari pada saat awal harus dilakukan dengan lembut, kemudian secara bertahap kekuatan penekanan ditambah

sampai terasa sensasi yang ringan, tetapi tidak sakit (Pramiyanti *et al.*, 2024). Titik akupresur untuk menurunkan gejala nyeri kepala pada titik SP6/Sanyinjiao yang terletak di sekitar tiga cun atau sekitar empat jari di atas mata kaki tepat di ujung tulang kering, titik jianjing atau titik G.B 21 di area lekukan bahu lurus ke bawah dari daun telinga (Kemenkes, 2021).

Penulis berpendapat terapi back massage dan akupresur yang dilakukan secara tepat, benar dan rutin memberikan efek positif yang sangat besar terhadap kesehatan tanpa adanya efek samping yang merugikan. Penerapan terapi ini sangat penting digalakkan untuk terapi tambahan dalam mengatasi berbagai permasalahan kesehatan masyarakat yang datang ke klinik Prodia.

KESIMPULAN

Evaluasi asuhan keperawatan setelah pemberian 2 x 30 menit pemberian intervensi utama yaitu kombinasi terapi *back massage* dan akupresur, masalah keperawatan nyeri pada ketiga pasien kelolaan sudah teratasi sesuai dengan kriteria hasil yang ditentukan yang dibuktikan dengan respon subyektif yaitu pasien mengatakan mengatakan keluhan nyeri kepala dan kaku pada leher lumayan jauh berkurang dan menurun. Pasien mengatakan sangat nyaman dengan terapi yang diberikan dan mengulang secara mandiri di rumah.

REFERENSI

Anugerah, A. P., Purwandari, R., & Hakam, M. (2021). Pengaruh Terapi Kompres Dingin Terhadap Nyeri Post Operasi ORIF (Open

Reduction Internal Fixation) pada Pasien Fraktur di RSD Dr. H. Koesnadi Bondowoso (The Effect of Cold Compress Therapy toward Post Operative Pain in Patients ORIF Fracture in RSD Dr. H. *Pustaka Kesehatan*, 5(2), 247–252.

Artanti, S., & Haryatmo, S. (2020). Efektivitas Pemberian Terapi Dingin Terhadap Nyeri Pasien Ortopedi: Literature Review. *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(10), 1204.

Artini, B., & Handayani, D. (2021). Penerapan Intervensi Terapi Akupresur Untuk Mengatasi Gangguan Pola Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 10(2), 54–60.

Cita, E. E. C. E. E., & Ka'arayeno, A. J. (2022). Pemberdayaan Masyarakat dengan Akupresur Mandiri untuk Mengatasi Nyeri Kepala pada Pasien Hipertensi: Community Empowerment with Self Acupressur to Treat Head Pain in Hypertension Patients. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan*, 2(4), 7–14.

Damawiyah, S., & Kamariyah, N. (2022). Implementasi Terapi Slow Stroke Back Massage Dengan Minyak Serai Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1).

Damayanti, F. E., Firmanti, T. A., & Puspitasari, L. A. (2022). Self Management dan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Klatak. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice"*, 13, 175–

178.

- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Bali 2022*.
- Ferdisa, R. J., & Ernawati, E. (2021). Penurunan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Ners Muda*, 2(2), 47.
- Fitria, N. E., Desnita, R., Guci, A., Sutiawan, A., Yeni, G. P., Amardya, V., AH, R. P. Y., Putri, R. G. D., & Indestri, F. W. (2023). Pendekatan terapi komplementer untuk penatalaksanaan hipertensi. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 3(1), 60–68.
- Kemenkes, R. (2021). *Modul 2 Materi Inti; Pemanfaatan Akupresur*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Mahfuzah, M., Alini, A., Hidayat, R., & Kurniadi, R. (2023). Pengaruh teknik slow stroke back massage (ssbm) terhadap penurunan nyeri kepala dan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di desa batu belah wilayah kerja puskesmas air tiris tahun 2022. *Jurnal Ners*, 7(1), 518–523.
- Pramiyanti, N. P. O., Putra, P. W. K., & Wulandari, N. P. D. (2024). Pengaruh Akupresur terhadap Nyeri Kepala dan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Ari Canti Gianyar. *Bali Health Published Journal*, 6(1), 53–71.
- Purqoti, D. N. S., Rusiana, H. P., Oktaviana, E., Prihatin, K., & Rispawati, B. H. (2021). Pengenalan Terapi Non Farmakologi Untuk Menurunkan Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, 2(2), 11–16.
- Rahayu, S., & Sucipto, A. (2023). Pengaruh Akupresur Dan Relaksasi Autogenik Terhadap Tekanan Darah Dan Tingkat Nyeri Penderita Hipertensi. *Journal of Nursing and Health*, 8(4 Desember), 459–470.
- Surya, D. O., & Yusri, V. (2022). Efektifitas terapi slow stroke back massage terhadap nyeri kepala pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4).
- WHO. (2023). *Hypertentions*.