



## KAJIAN TERAPI MASSAGE DALAM MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PADA PASIEN CEPHALGIA : LITERATUR RIEW

### *STUDY OF MASSAGE THERAPY TO REDUCE PAIN INTENSITY IN CEPHALGIA PATIENTS : LITERATURE REVIEW*

Neni Triana<sup>1\*</sup>, Loren Juksen<sup>2</sup> Lina<sup>3</sup> Dian Dwiana Maydinar<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu  
(neni\_triananers@yahoo.co.id)

#### ABSTRAK

Cephalgia adalah istilah medis dari nyeri kepala atau sakit kepala. Cephalgia berasal dari bahasa Yunani yang terdiri dari dua kata yaitu cephalo dan algos. Cephalo memiliki arti kepala, sedangkan algos memiliki arti nyeri. Cephalgia dapat menimbulkan gangguan pada pola tidur, pola makan, menyebabkan depresi sampai kecemasan pada penderitanya. Tujuan : *Literature review* ini bertujuan untuk memaparkan Informasi berdasarkan *evidence based* di area keperawatan terkait dengan masalah pengaruh terapi massage terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia. dan mampu mengidentifikasi, menelaah jurnal yang terkait dengan masalah pengaruh terapi massage terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia. Desain : desain yang digunakan adalah *Literatur Review* yaitu mengumpulkan artikel terkait masalah terapi massage terhadap intensitas nyeri pasien cephalgia. Sumber Data : Strategi pencarian menggunakan database elektronik yaitu : *Google Scholar* dengan rentang publikasi tahun 2010 – 2020 diperoleh 8 artikel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Metode Review : metode review yang digunakan dalam *literature review* ini yaitu *PRISMA checklist* dan *JBICritical Appraisal*. Hasil : dari 5.372 jurnal penelitian yang diperoleh, didapatkan 8 penelitian menyatakan bahwa ada pengaruh terapi massage yang signifikan terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia. Terapi Massage sangat membantu tenaga medis dalam proses pengurangan nyeri pada pasien cephalgia. Kesimpulan : Terapi Massage suatu metode refleksologi yang bertujuan untuk memperlancar kembali aliran darah, dengan penekanan-penekanan atau pijat-pijatan kembali aliran darah pada titik-titik sentra refleksi bahwa massage merupakan suatu tindakan yang bertujuan untuk menyembuhkan suatu penyakit melalui urat-urat saraf dan memperlancar peredaran darah.

**Kata Kunci:** *Terapi Massage, Cephalgia, Literature Review*

#### ABSTRACT

*Cephalgia is a medical term for headache or headache. Cephalgia comes from the Greek language which consists of two words, namely cephalo and algos. Cephalo means head, while algos means pain. Cephalgia can cause disturbances in sleep patterns, eating patterns, causing depression to anxiety in sufferers. Objective: This literature review aims to present evidence-based information in the nursing area related to the problem of the effect of massage therapy on pain intensity in cephalgia patients. and able to identify, review journals related to the problem of the effect of massage therapy on pain intensity in cephalgia patients. Design: the design used is the Literature Review, which is to collect articles related to the problem of massage therapy on the pain intensity of cephalgia patients. Data Source: Search strategy using an electronic database, namely: Google Scholar with a publication range of 2010 - 2020 obtained 8 articles according to inclusion and exclusion criteria. Review Method: The review methods used in this literature review are PRISMA checklist and JBICritical Appraisal. Results: From 5,372 research journals obtained, 8 studies found that there was a significant effect of massage therapy on pain intensity in cephalic patients. Massage therapy is very helpful for medical personnel in the process of reducing pain in cephalgia patients. Conclusion:*



*Massage therapy is a reflexology method that aims to accelerate the return of blood flow, with pressures or massages returning blood flow to the reflexology center points that massage is a step that aims to cure a disease through the nerves and facilitate blood circulation*

**Keywords:** *Massage Therapy, Cephalgia, Literature Review*

## PENDAHULUAN

Cephalgia adalah istilah medis dari nyeri kepala atau sakit kepala. Cephalgia berasal dari bahasa Yunani yang terdiri dari dua kata yaitu cephalo dan algos. Cephalo memiliki arti kepala, sedangkan algos memiliki arti nyeri. Cephalgia dapat menimbulkan gangguan pada pola tidur, pola makan, menyebabkan depresi sampai kecemasan pada penderitanya. Penelitian yang telah dilakukan oleh Paiva dkk mengidentifikasi adanya gangguan tidur yang spesifik pada 55% populasi penderita nyeri kepala dengan gangguan tidur pada malam hari (Hidayati, 2016).

Nyeri yang mereka rasakan biasanya timbul secara tiba-tiba. Nyeri juga kadang dirasakan sangat menyakitkan, dan mengganggu sekali. Saat nyeri dirasakan datang dan semakin lama semakin parah, tidak tertahankan lagi terkadang sampai mengganggu aktifitas sehari-hari. Ketika sedang melakukan pekerjaan dan nyeri itu muncul dan mengganggu konsentrasi mereka dalam melakukan pekerjaan (Bustam, M.N. 2007).

Berdasarkan beberapa orang yang mengalami nyeri kepala cephalgia, mereka mengatakan bahwa ketika nyeri kepala cephalgia muncul biasanya mereka tidur untuk mengurangi nyerinya, ada juga yang dibiarkan saja, kemudian ada juga yang minum obat sakit kepala, dan ada yang hanya memijat bagian kepala yang mengalami nyeri. Mereka menganggap nyeri yang dirasakan merupakan nyeri yang biasa, untuk itulah mereka jarang memriksakan saat nyeri muncul. Sebagian besar orang pernah mengalami nyeri kepala (cephalgia) pada sepanjang hidupnya, hasil penelitian Sjahrir dkk di Medan terdapat mahasiswa fakultas kedokteran USU mendapat hasil pria 78% mengalami nyeri kepala. Nyeri kepala menduduki proporsi tempat yang teratas, sekitar 42% dari keseluruhan yang teratas, sekitar 42% dari

keseluruhan pasien neurologi. Maka dari itu perlu dilakukan perhatian yang serius dan secara kontinyu terhadap perkembangan kemajuan ilmu perihail nyeri kepala ini (Sjahrir, 2014).

Sakit kepala adalah salah satu gangguan yang paling umum dari sistem saraf. Telah diperkirakan bahwa 47% dari populasi orang dewasa mengalami sakit kepala setidaknya sekali dalam setahun terakhir secara umum. Gangguan sakit kepala yang berhubungan dengan beban pribadi dari sosial dari rasa sakit, cacat, kualitas hidup yang rusak biaya keuangan. Sebagian kecil dengan orang gangguan sakit kepala diseluruh dunia didiagnosa dengan tepat oleh penyedia pelayanan kesehatan. Sakit kepala telah diremehkan, kurang diakui dan kurang mendapat perawatan diseluruh dunia. Sakit kepala adalah masalah diseluruh dunia, mempengaruhi orang dari segala usia, ras, tingkat pendapat dan wilayah geografis. Paling sering dimulai pada masa pubertas dan sebagian besar mempengaruhi orang-orang berusia antara 35-55 tahun (WHO, 2012).

Nyeri kepala merupakan suatu penyakit yang sangat umum terjadi di Indonesia bahkan didunia. Menurut WHO (2012), sekitar 47% populasi dewasa didunia pernah mengalamisatu kali nyeri kepala dalam satu tahun. Nyeri kepala juga merupakan salah satu gejala yang paling sering dirasakan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari, bahkan hingga saat ini nyeri kepala masih menjadi masalah yang sering terjadi. Berdasarkan data prevalensi diketahui bahwa nyeri kepala menempati peringkat teratas dengan persentase sebanyak 42% dari semua keluhan pasien neurologi (Sjahrir, 2009).

Data penderita nyeri kepala primer yang diperoleh dari lima rumah sakit besar di Indonesia pada tahun 2004 adalah 67.5% (Primadila, 2014). Prevalensi penderita nyeri kepala primer di daerah Bali adalah 90% dari 100% keseluruhan kasus nyeri pada kepala

(Bali Post, 2009).

Terapi massase pada pasien cephalgia dapat mengurangi rasa nyeri dengan melatih otot-otot skelet yang mengalami spasme yang disebabkan oleh penimbunan sel darah (leokosit) membran sinovial mengalami pembesaran dan penebalan sehingga menghambat terjadinya aliran darah. Terapi massage refleksi kepala mudah dilakukan kapan saja atau sewaktu-waktu. Prinsip ini mendasari penurunan nyeri oleh terapi massage refleksi kepala Potter dan Perry, 2010).

Rumusan masalah dari *literature review* ini adalah, “bagaimana pengaruh terapi massage terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia?” Tujuan penulisan ini untuk menganalisis pengaruh terapi massage terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia

## BAHAN DAN METODE

### Desain

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu studi literatur review atau biasa dikenal dengan studi kepustakaan. Literatur review adalah suatu metode yang dijadikan acuan dalam suatu penelitian yang berisi uraian teori temuan yang relevan dari hasil bacaan, serta catatan (berupa buku, artikel atau jurnal, informasi dari internet) yang terkait dengan topik penelitian.

### Metode Pencarian

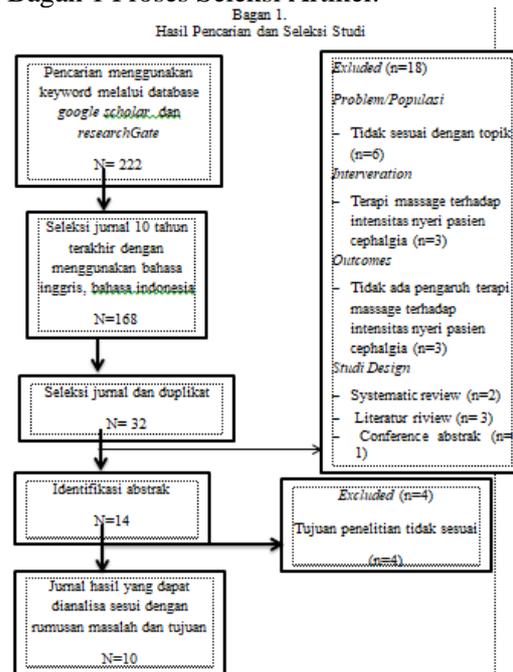
Pencarian artikel/jurnal menggunakan *Google Scholar* dengan kata kunci “rendam kaki air hangat, tekanan darah, hipertensi”. Artikel yang dipilih adalah artikel yang memenuhi kriteria inklusi yang dipublikasikan 10 tahun terakhir. Hasil pencarian artikel dari keseluruhan diperoleh 5.372 artikel, dan dilakukan seleksi artikel dari publikasi tahun 2010 sampai dengan tahun 2020 diperoleh 1.138 artikel.

### Hasil Pencarian

Setelah ditelaah dan dibaca, dari tahun 2010 sampai dengan tahun 2015 tidak ada artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi dan tidak sesuai dengan tujuan penelitian, dari artikel yang dipublikasi tahun 2016 dipilih 2 artikel yang sesuai dengan tujuan penelitian,

dari artikel yang dipublikasi tahun 2017 dipilih 1 artikel yang sesuai dengan tujuan penelitian, dari artikel yang dipublikasi tahun 2019 dipilih 1 artikel yang sesuai dengan tujuan penelitian, dari artikel yang dipublikasi pada tahun 2020 dipilih 3 artikel yang sesuai dengan tujuan penelitian. Hasil pencarian melalui database *Google Scholar* setelah dijumlahkan total yang diperoleh adalah 8 artikel yang akan dijadikan literature review.

### Bagan 1 Proses Seleksi Artikel.



### Penilaian Kualitas

Penilaian kualitas dalam penelitian ini menganalisis isi jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yaitu populasi, intervensi, *outcome*, *study design*, tahun dan bahasa.

### Data Abstraction

Artikel yang dipilih dilakukan penyesuaian sesuai dengan pedoman Peneliti kemudian mengekstrak data dari artikel yang masuk sesuai dengan kriteria inklusi, Proses ekstraksi data melalui yang berikut ini.

- Menentukan topik
- Menentukan kata kunci
- Menentukan database yang akan digunakan
- Menentukan kriteria inklusi dan eksklusi

- e. Melakukan seleksi studi dan mencatatnya dibagian seleksi artikel
- f. Menganalisis satu persatu untuk menentukan hasil dan diskusi dalam penelitian

### Data Analysis/Synthesis

Jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi Nama peneliti, tahun terbit jurnal, bahasa, desain penelitian, judul jurnal, tujuan penelitian dan ringkasan hasil atau temuan. Ringkasan jurnal penelitian

tersebut dimasukan kedalam tabel sesuai dengan format tersebut di atas. Untuk lebih memperjelas analisis abstrak dan *full text* jurnal dibaca dan dicermati. Ringkasan jurnal kemudian dilakukan analisis terhadap isi yang terdapat dalam tujuan penelitian dan hasil/temuan penelitian. Metode analisis yang digunakan analisis isi jurnal, kemudian isi jurnal direview menggunakan kategori Terapi Massage pasien cephalgia

## HASIL

### Analisa Univariat Faktor Individu

**Tabel 1**  
**Hasil Review Artikel Dalam Jurnal**

No	Judul	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian
1	Efektifitas Head Massage Dan Murrotal Al-Qur'an Surah Ar- Rahman Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Pada Santri Ma'Had Syaikh Jamillurrahman As-Salafy Yogyakarta	D (Desain) : Quasi <i>Eksperimental pre-test dan post test with control group design</i> S (Sampel) : <i>purposive sampling</i> V (Variabel) : Efektifitas Head Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kepala I (Instrumen) : <i>Lembar observasi Numeric Rating Scale</i> A (Analisis) : uji statistic <i>Mann Whitney</i>	Hasil uji statistic Wilcoxon didapat P=0,00 pada kelompok intervensi dan pada kelompok control didapat P=0,00. Besar P value < 0,05 memberikan interpretasi bahwa terapi head massage dan Murrotal Al-Qur'an surat Ar-Rahman dapat menurunkan intensitas nyeri kepala pada santri. Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan Mann Whitney didapat hasil P=0,00 yang memiliki interpretasi bahwa ada perbedaan yang signifikan rerata intensitas nyeri responden antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol . terapi head massage dan Murrotal Al-Qur'an surat Ar-Rahman dapat digunakan sebagai complementary therapy terhadap intensitas nyeri kepala pada santri ma'had Syaikh Jamilurrahman As-Salafy Yogyakarta
2	Efektifitas Massage Mulai Dari BahuSampaiKepalaT erhadap Tingkat NyeriKepalaPadaPas ienHipertensi	D: <i>pre Eksperimental one grouo pra test-post test design</i> S: <i>probability sampling, Simple Random Sampling</i>	Berdasarkan hasil analisis hasil setelah diberikan tindakan massage bahu intensitas nyeri, nyeri yang dirasakan responden berada pada tingkat nyeri ringan yaitu sebanyak 7 responden (70%). Dari hasil SPSS

- V: Massage Mulai Dari Bahu Sampai Kepala Terhadap Tingkat Nyeri Kepala  
I: penomoran ganjil (kelompok perlakuan) dan genap (kelompok kontrol)  
A: Uji analisa data hitung
- 3 Pengaruh akupresur terhadap pengurangan nyeri kepala pada ibu hamil trimester I ditempat praktek mandiri bidan Muarofah Surabaya
- D: *Pra Eksperimental one group pre test- post test*  
S: *Accidental sampling*  
V: Pengaruh akupresur terhadap pengurangan nyeri kepala pada ibu hamil trimester I  
I: Penilaian intensitas nyeri dengan skala numeric  
A: *uji wilcoxon*
- 4 Efek Terapi Kombinasi Slow Deep Breathing (SDB) dan Massage terhadap intensitas nyeri kepala akut pada cedera kepala ringan
- D: *Quasi Eksperimental pre test- post test kontrol group design*  
S: *Consecutive sampling*  
V: Efek Terapi Kombinasi Slow Deep Breathing (SDB) dan Massage terhadap intensitas nyeri kepala  
I: Lembar Kuesioner dan lembar observasi  
A: Uji statistik chi-square
- dengan pendekatan T-test diperoleh nilai P:0,000 dibandingkan dengan nilai a:0,05 ( $0,00 < 0,05$ ). Kesimpulan : Ada pengaruh massage mulai dari bahu sampai kepala. Terhadap tingkat nyeri kepala pada pasien hipertensi RSUD BIMA
- Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan nyeri sebelum intervensi sebagian besar nyeri sedang 16 responden (80%) dan sebagian kecil nyeri ringan sebanyak 4 responden (20%). Nyeri sesudah intervensi sebagian besar Nyeri ringan sebanyak 10 responden (50%) dan sebagian kecil nyeri sedang sebanyak 1 responden (5.0%). Hasil analisis  $P=0,000$ . Kesimpulan penelitian ini yaitu ada Pengaruh Teknik Akupresur Terhadap Pengurangan Rasa Sakit Kepala pada Ibu Hamil Trimester Pertama di PMB Muarofah A.Md Keb. Diharapkan bidan dapat menjadikan akupresur sebagai salah satu intervensi dalam menurunkan intensitas nyeri sakit kepala pada ibu hamil trimester pertama di pelayanan kesehatan.
- Berdasarkan hasil penelitian berdasarkan pendekatan pre test dan post test kontrol group design pada kelompok intervensi 23 responden dan kelompok kontrol 23 responden ada perbedaan yang bermakna rerata intensitas nyeri kepala akut pada pasien cedera kepala ringan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan latihan terapi kombinasi slow deep breathing (SDB) dan massage  $p=0,000 @ =0,05$  terdapat hubungan usia dengan intensitas nyeri akut pada pasien cedera kepala ringan ( $p=0,044$ ), tetapi tidak ada hubungan antara jenis kelamin, suku, makna nyeri, respon adaptasi, dukungan orang terdekat, gaya coping dan kecemasan responden terhadap intensitas nyeri kepala akut pada pasien cedera

5 Pengaruh Fisioterapi Kepala (Massase Kepala) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Klien Hipertensi Di Rumah Sakit William Booth Surabaya	D: <i>Pra Eksperimental one group pre-post test design</i> S: <i>Simple random sampling,</i> V: Fisioterapi Kepala (Massase Kepala) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Klien Hipertensi Di Rumah Sakit William Booth Surabaya I: <i>observasi skala nyeri Bourbonis</i> A: <i>uji wilcoxon</i>	kepala ringan (berturut-turut p=0,301, p=0,834, p=0,550, p=0,252, p=0,278, p=0,220, p=0,620, p=0,054; @=0,05). Rekomendasi hasil penelitian ini adalah latihan terapi kombinasi slow deep breathing dan massage dapat diterapkan sebagai intervensi keperawatan dengan nyeri kepala akut pada pasien cedera kepala ringan) Berdasarkan hasil penelitian responden nyeri sedang sebelum masase kepala sebanyak 8 orang (57%) dan responden nyeri ringan setelah masase kepala sebanyak 9 orang (64%). Sehingga ada pengaruh masase kepala terhadap penurunan nyeri kepala pada klien hipertensi dengan nilai p=0,00. Diharapkan masase kepala dapat dipergunakan pasien dan perawat dalam menurunkan intensitas nyeri.
6 Manfaat Massage Tengkuik Dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi	D: <i>Quasi Eksperimental one group pre test post test</i> S: <i>Purposive Sampling</i> V: Manfaat Massage Tengkuik Dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi I: <i>skala nyeri numerik, sphygmomanometer, dan minyak zaitun</i> A: <i>uji wilcoxon signed rank test</i>	Berdasarkan hasil penelitian dari 14 responden instrument penelitian menggunakan skala nyeri numeric, sphygmomanometer dan minyak zaitun. Analisa data menggunakan uji wiloxon signed rank test dengan signifikansi 5%. Dengan hasil terdapat pengaruh massage tengkuik dengan minyak zaitun dalam mengurangi nyeri kepala pasien hipertensi dengan nilai p value 0,001 (p<0,050).
7 Efektifitas Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi	D: <i>metode kualitatif</i> S: <i>Purposive sampling (case sampling)</i> V: Efektifitas Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala I: <i>SOP massagee</i> A: <i>Induktif kualitatif</i>	Dari hasil penelitian pada tiga responden adalah ketiga responden mengalami penurunan mengalami penurunan skala nyeri dari berat dan sedang menjadi skala nyeri ringan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi non farmakologis pijat punggung efektif untuk menurunkan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi di Desa Pule Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri.
8 Pengaruh Pijat Relaksasi Terhadap Penurunan Sakit	D: <i>Comparative study pre test post test group design</i> S: <i>purposive sampling,</i>	Hasil dari penelitian tentang Pengaruh Pijat Relaksasi Terhadap Penurunan Sakit Kepala Pada Ibu Hamil Trimester I didapatkan hasil



Kepala Pada Ibu  
Hamil Trimester I

V: Pengaruh Pijat Relaksasi  
Terhadap Penurunan Sakit  
Kepala Pada Ibu Hamil  
Trimester I

I: *lembar observasi*

A: *uji analisis Wilcoxon*

penelitian bahwa sampel yang digunakan adalah 15 ibu hamil yang sesuai criteria inklusi dan populasi yaitu sebanyak 19 responden. Sebagian besar ibu hamil trimester I mempunyai nyeri kepala sedang sebelum dilakukan pijat relaksasi 10 responden (66,7%), setelah dilakukan pijat relaksasi mempunyai nyeri kepala ringan 11 responden (73,3%). Berdasarkan ujian alisis Wilcoxon di dapat nilai  $p=0,002$ , sehingga dikatakan  $H_a$  diterima karena  $p<0,05$  berarti ada pengaruh tingkat nyeri kepala ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pijat relaksasi.

Sebagian besar artikel yang direview pada penelitian *Literature Review* ini berupa penelitian korelasi *Pra Eksperimen* dan *Quasy Eksperimen*. Berdasarkan dari 8 jurnal yang direview yang berisi tentang pengaruh terapi massage terhadap intensitas nyeri pada hasil dalam penelitian 8 artikel menyebutkan bahwa semua penelitian 8 artikel adanya pengaruh terapi massage terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia

### 1. *Study Characteristics*

Berdasarkan 8 jurnal yang direview, 8 studi dilakukan di Indonesia. Responden dalam penelitian ini pasien dengan nyeri cephalgia Intervensi terapi massage berpengaruh terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia

### 2. *Intervensi Terapi Massage*

Teknik yang digunakan dalam massase kepala ini yaitu eflourage (gosokan) dari tengah dahi sampai pada kepala belakang melewati atas daun telinga, petrissage (pijatan) daerah kepala dari tepi menuju ke bagian tengah atas kepala (umbun-umbun/parietalis), friction (gerusan) dari pelipis sampai atas daun telinga dan friction (gerusan) dari bawah prosesus mastoideus dari sebelah kiri menuju ke kanan yang bertujuan membantu melancarkan peredaran darah vena, relaksasi dan mengurangi nyeri dan merangsang saraf-saraf dan otot-otot yang jauh letaknya dari permukaan tubuh. Sehingga

rangsangan akan dihantarkan melalui serabut saraf besar (hanya serabut saraf besar). Menyebabkan inhibitory neuron dan projection neuron aktif. Tetapi inhibitory neuron mencegah projection neuron untuk mengirim sinyal terkirim ke otak. Sehingga, gerbang masih tertutup dan tidak ada persepsi nyeri. Hal ini terbukti (Bambang Trisnowiyanto, 2012).

### PEMBAHASAN

Menurut penelitian yang dilakukan Okta Risyafitri, Faisal Sangadji, Dian Miftahul Mizan (2018), dengan judul Efektifitas Head Massage Dan Murrotal Al-Qur'an Surah Ar-Rahman Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Pada Santri Ma'Had Syaikh Jamillurrahman As-Salafy Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan Quasi-eksperimental dengan pre test-post test with control group design, pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Jumlah sampel adalah 36 orang (18 orang kelompok intervensi dan 18 orang kelompok kontrol). Nyeri diukur dengan Numeric Rating Scale (NRS). Berdasarkan hasil uji statistic wilcoxon didapat  $P=0,000$  pada kelompok intervensi dan pada kelompok kontrol didapat  $P=0,000$ . Besar  $P$  value  $< 0,05$  memberikan interpretasi bahwa terapi massage dan Murrotal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman dapat menurunkan intensitas nyeri kepala pada santri. Berdasarkan Hasil uji statistic menggunakan Mann Whitney

didapatkan hasil  $P=0,000$  yang memiliki interpretasi bahwa ada perbedaan yang signifikan rerata intensitas nyeri responden antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Terapi head Massage dan murrotal Al-Quran dapat digunakan sebagai complementary therapy terhadap intensitas nyeri kepala pada santri ma'had Syaikh Jamilurrahman As-Salafy Yogyakarta.

Berdasarkan uraian diatas Menurut peneliti dari fakta dan teori yang sudah dijabarkan sebelumnya nyeri kepala yang dialami santri disebabkan oleh kualitas tidur yang buruk, depresi, dan stress sehingga pada santri yang mengalami nyeri kepala dapat diberikan head massage dan terapi murrotal al-qur'an karena head massage dapat memberikan efek relaksasi karena sentuhan-sentuhan antara permukaan kulit dapat membantu melancarkan peredaran darah, meningkatkan konsentrasi, merangsang pelepasan hormon endorphin secara alami, serta murotal al-qur'an surah Ar-rahman mampu memberikan stimulan untuk memunculkan gelombang delta yang berfungsi membuat pikiran menjadi tenang dan nyaman sehingga menurunkan tingkat nyeri kepala.

Menurut penelitian yang dilakukan A Haris, Nurwahidah (2017) dengan judul Efektifitas Massage Mulai Dari Bahu Sampai Kepala Terhadap Tingkat Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. Jenis penelitian menggunakan desain *Eksperimental* Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling dengan jenis simpl Random Sampling*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh massage mulai dari bahu sampai kepala terhadap tingkat nyeri kepala pada pasien hipertensi di RSUD BIMA. Hasil setelah diberikan tindakan massage bahu intensitas nyeri, nyeri yang dirasakan responden berada pada tingkat nyeri ringan yaitu sebanyak 7 responden (70%). Dari hasil SPSS dengan pendekatan T-test diperoleh nilai  $P:0,000$  dibandingkan dengan nilai  $\alpha:0,05$  ( $0,00 < 0,05$ ). Kesimpulan : Ada pengaruh massage mulai dari bahu sampai kepala. Terhadap tingkat nyeri kepala pada pasien hipertensi RSUD BIMA.

Berdasarkan uraian diatas Menurut peneliti berdasarkan fakta dan teori yang telah dijabarkan diatas nyeri kepala pada pasien dengan hipertensi disebabkan karena pada pasien hipertensi pembuluh darah mengalami gangguan sehingga mengakibatkan suplai O<sub>2</sub> dan nutrisi yang menuju jaringan tubuh mengalami gangguan, begitu pula dengan O<sub>2</sub> dan nutrisi yang menuju otak juga terganggu sehingga sensasi nyeri kepala dirasakan oleh pasien hipertensi. Faktor penyebab hal ini disebabkan oleh usia yang semakin tua, stress, tekanan mental.

Menurut penelitian yang sudah dilakukan oleh Eka Meiri Kurniyati, Arisda Candra Satriawati, Hadina Eka Camila (2020) jurnal yang berjudul pengaruh akupresur terhadap pengurangan nyeri kepala pada ibu hamil trimester 1 ditempat praktek mandiri bidan Muarofah Surabaya. Jenis penelitian merupakan penelitian pra eksperimental dengan menggunakan pendekatan one group pre test-post test. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester pertama yang mengalami sakit kepala sebanyak 20 orang. Teknik sampling menggunakan accidental sampling. Pengumpulan data dengan lembar observasi. Analisa data menggunakan uji T berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan nyeri sebelum intervensi sebagian besar nyeri sedang 16 responden (80%) dan sebagian kecil nyeri ringan sebanyak 4 responden (20%). Nyeri sesudah intervensi sebagian besar nyeri ringan sebanyak 10 responden (50%) dan sebagian kecil nyeri sedang sebanyak 1 responden (5,0%). Hasil analisis  $p=0,000$ . Kesimpulan penelitian ini yaitu ada pengaruh teknik akupresur terhadap pengurangan rasa sakit kepala pada ibu hamil trimester pertama terhadap pengurangan rasa sakit kepala pada ibu hamil trimester pertama di PMB Muarofah A.MD Keb. Diharapkan bidan dapat menjadikan akupresur sebagai salah satu intervensi dalam menurunkan intensitas nyeri sakit kepala pada ibu hamil trimester pertama dipelayanan kesehatan.

Menurut peneliti berdasarkan dari fakta dan teori yang sudah dijabarkan hal yang menjadi penyebab nyeri kepala pada ibu hamil

trimester pertama merupakan kecemasan dan ketidaknyamanan para ibu saat hamil serta nyeri kepala yang dialami ibu hamil di trimester pertama disebabkan terdapat peningkatan aliran darah ketubuh. Ketika ibu hamil dalam keadaan duduk, kemudian berbaring dan sebaliknya, sistem sirkulasi darah sulit beradaptasi pada keadaan ini sehingga menyebabkan nyeri kepala (cephalgia). Sakit kepala atau pusing yang lebih sering dari biasanya dapat disebabkan oleh faktor fisik maupun emosional.

Menurut penelitian yang dilakukan Tri Mawarni, Yati Afianti, Yuliani Budiarti. (2020), dengan judul jurnal Efek Terapi Kombinasi Slow Deep Breathing (SDB) dan Massage terhadap intensitas nyeri kepala akut pada cedera kepala ringan, peneliti ini menggunakan desain Eksperimental dengan menggunakan Quasi-Eksperimental melalui pendekatan Pretest-posttest kontrol Group design. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *consecutive sampling*. Analisa data yang digunakan yaitu uji *chi square*. Dari hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* pada kelompok intervensi 23 responden dan kelompok kontrol 23 responden ada perbedaan yang bermakna rerata intensitas nyeri kepala akut pada pasien cedera kepala ringan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah dilakukan latihan terapi kombinasi slow deep breathing (SDB) dan massage  $p=0,000$   $\alpha=0,05$  terdapat hubungan usia dengan intensitas nyeri akut pada pasien cedera kepala ringan ( $p=0,044$ ), tetapi tidak ada hubungan antara jenis kelamin, suku, makna nyeri, respon adaptasi, dukungan orang terdekat, gaya coping dan kecemasan responden terhadap intensitas nyeri kepala akut pada pasien cedera kepala ringan (berturut-turut  $p=0,301$ ,  $p=0,834$ ,  $p=0,550$ ,  $p=0,252$ ,  $p=0,278$ ,  $p=0,220$ ,  $p=0,620$ ,  $p=0,054$ ;  $\alpha=0,05$ ). Rekomendasi hasil penelitian ini adalah latihan terapi kombinasi slow deep breathing dan massage dapat diterapkan sebagai intervensi keperawatan dengan nyeri kepala akut pada pasien cedera kepala ringan.

Berdasarkan uraian diatas Menurut peneliti berdasarkan dari fakta dan teori yang sudah dijabarkan nyeri kepala pada cedera kepala ringan merupakan keluhan yang yang

paling sering terjadi. Jika kebutuhan oksigen otak tidak terpenuhi maka metabolisme akan beralih dari aerob ke metabolisme anerob, pada keadaan ini dihasilkan asam laktat yang menstimulasi terjadinya nyeri kepala. Sehingga pasien dengan cedera kepala ringan sering mengalami nyeri kepala.

Menurut penelitian yang dilakukan Eni Astuti, Lina Mahayati, Budi Artini (2014) dengan judul jurnal Pengaruh Fisioterapi Kepala (Massase Kepala) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Klien Hipertensi Di Rumah Sakit William Booth Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain penelitian pra-Eksperimen dengan menggunakan one group pre-post test design populasi pada penelitian sebanyak 15 responden yaitu pasien dengan hipertensi dan jumlah sampel yang diambil 14 responden dengan menggunakan Simple Random Sampling. Pengumpulan data menggunakan observasi skala nyeri Bourbanis baik sebelum maupun sesudah massase kepala kemudian di uji statistik menggunakan uji Wilcoxon. Dari hasil penelitian responden nyeri sedang sebelum massase kepala sebanyak 8 orang (57%) dan responden nyeri ringan setelah massase kepala sebanyak 9 orang 64%. Sehingga ada pengaruh massase kepala terhadap penurunan nyeri kepala pada klien hipertensi dengan nilai  $p=0,00$ . Diharapkan massase kepala dapat dipergunakan pasien pasien dan perawat dalam menurunkan intensitas nyeri.

Berdasarkan uraian diatas Menurut peneliti berdasarkan dari fakta dan teori yang sudah dijabarkan sebelumnya nyeri kepala yang pada pasien hipertensi disebabkan oleh adanya gangguan vaskuler atau gangguan kontraktilitas pembuluh darah dikepala. Salah satu pemicu timbulnya nyeri kepala yaitu stress. Stress dapat meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung serta akan menstimulasi aktivitas saraf simpatis sehingga dapat menyebabkan nyeri kepala adapun stress ini dapat berhubungan dengan pekerjaan, kelas sosial, ekonomi, dan karakteristik personal. Menurut informasi yang ditemukan peneliti, bahwa sebagian responden bekerja sebagai

wiraswasta. Dimana dengan banyaknya tekanan yang mereka hadapi pada kondisi mereka yang sedang sakit pasti itu menimbulkan permasalahan yang semakin menumpuk dengan permasalahan yang sudah mulai berkurang karena tidak dapat bekerja sehingga menimbulkan stress yang dapat memicu terjadinya peningkatan nyeri kepala.

Penelitian ini dilakukan Nuzul Eka Yoganita, Siti Sarifah, Yuli Widyastuti 2019 jurnal yang berjudul Manfaat Massage Tengkok Dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain e Quasi Eksperimental design rancangan one group pretest posttest dengan teknik sampling purposive sampling sejumlah 14 responden .instrumen penelitian menggunakan skala nyeri numeric, sphygmomanometer dan minyak zaitun. Analisa data menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan signifikansi 5%. Dengan hasil terdapat pengaruh massage tengkok dengan minyak zaitun dalam mengurangi nyeri kepala pasien hipertensi dengan nilai p value 0,001 ( $p < 0,050$ ).

Berdasarkan teori relaksasi merupakan kebebasan mental dan fisik dari ketegangan dan stress, manfaat dari relaksasi nafas dalam menimbulkan rasa tenang dan nyaman, mengurangi rasa nyeri, melemaskan otot untuk menurunkan ketegangan, kejenuhan, dan mengurangi stress (Potter & Perry, 2010).

Berdasarkan uraian diatas Menurut peneliti berdasarkan fakta dan teori yang telah dijabarkan diatas nyeri kepala pada pasien hipertensi faktor penyebab dapat dilihat dari jenis kelamin dimana perempuan lebih mampu dalam mengungkapkan nyeri dikarenakan dalam beberapa kebudayaan menganggap bahwa seseorang laki-laki harus lebih berani dibandingkan perempuan, kemudian berdasarkan usia dimana menyatakan bahwa lansia berespon terhadap nyeri dapat berbeda dibandingkan dengan orang yang berusia lebih muda cara meresponnya, dan kemudian berdasarkan tingkat pendidikan dimana tingkat pendidikan mempengaruhi coping individu terhadap pengetahuan seseorang dalam mengantisipasi dan menangani nyeri kepala

karena semakin tinggi pengetahuan dimiliki semakin baik pula coping individu dalam menangani nyeri kepala. Pemilihan Minyak zaitun dalam massage untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi dikarenakan minyak zaitun memiliki kandungan vitamin E yang berguna untuk melembabkan kulit saat dioleskan serta memiliki kandungan polifenol yang berguna sebagai antiinflamasi saat meresap ke dalam pori-pori kulit sehingga menurunkan dapat menurunkan nyeri.

Menurut penelitian yang dilakukan Kristiana Puji Purwandri, Nur Aida Sari (2016), dengan judul jurnal Efektifitas Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi. Desain penelitian menggunakan *case study*. Teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan) berjumlah tiga sampel yang telah memenuhi kriteria inklusi diantaranya : bersedia menjadi responden, berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, memiliki riwayat penyakit hipertensi dan memiliki tanda dan gejala nyeri kepala. Metode penelitian ini adalah metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus populasi penelitian ini adalah warga Desa Pule Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri. Dengan sampel tiga responden .instrument penelitian ini adalah lembar observasi (Lembar Pengamatan), ketiga responden mengalami penurunan mengalami penurunan skala nyeri dari berat dan sedang menjadi skala nyeri ringan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi non farmakologis pijat punggung efektif untuk menurunkan skala nyeri kepala pada penderita hipertensi di Desa Pule Kecamatan Selogiri Kabupaten Wonogiri.

Berdasarkan uraian diatas Menurut peneliti berdasarkan fakta dan teori yang telah dijabarkan diatas nyeri kepala pada pasien hipertensi disebabkan karena penggunaan obat yang sering digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi karena penggunaan obat dalam jangka waktu lama sehingga menyebabkan pasien dengan hipertensi mudah sekali mengalami nyeri kepala secara berulang.

Penelitian yang sudah dilakukan oleh Nicky Danur Jayanti, Senditya Indah

Mayasari, dst tahun(2019) dengan jurnal yang berjudul Pengaruh Pijat Relaksasi Terhadap Penurunan Sakit Kepala Pada Ibu Hamil Trimester I. Metode penelitian yang digunakan adalah *Comparative study* dengan menggunakan *pre test dan post test group design*. sampel yang digunakan adalah 15 ibu hamil yang sesuai kriteria inklusi dan populasi yaitu sebanyak 19 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Analisis hasil penelitian menggunakan uji analisis Wilcoxon. Sebagian besar ibu hamil trimester I mempunyai nyeri kepala sedang sebelum dilakukan pijat relaksasi 10 responden (66,7%), setelah dilakukan pijat relaksasi mempunyai nyeri kepala ringan 11 responden (73,3%). Berdasarkan uji analisis Wilcoxon didapat nilai  $p=0,002$ , sehingga dikatakan  $H_a$  diterima karena  $p<0,05$  berarti ada pengaruh tingkat nyeri kepala ibu hamil trimester I sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan pijat relaksasi.

Berdasarkan Uraian diatas Menurut peneliti berdasarkan dari fakta dan opini yang sudah dijabarkan diatas nyeri kepala pada ibu hamil trimester I disebabkan meningkatnya produksi dan aliran darah pada masa awal kehamilan merupakan pemicu terbesar, beberapa kemungkinan lain yaitu karena kurang tidur, depresi, kelaparan atau bahkan kelelahan. Hal ini menunjukkan bahwa banyak ibu hamil trimester I yang mengalami sakit kepala karena mengalami perubahan fisiologis pada trimester awal kehamilan. Pada saat dilakukan pijat relaksasi selama 10 menit dengan menggunakan baby oil pada kepala bagian pelipis, responden merasa rileks, nyaman dan senang saat dipijat relaksasi, responden merasakan nyeri kepala berkurang sesaat setelah dilakukan pijat relaksasi. Melakukan pemijatan dengan lembut dibagian pundak yang sakit sangat efektif untuk mengurangi rasa nyeri dikepala. Akan tetapi responden dianjurkan melakukan terapi pijat relaksasi secara rutin untuk mengurangi nyeri kepala yang dirasakan agar mendapatkan hasil yang maksimal.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil studi literatur tentang pengaruh terapi massage terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia. Hasil review dari 8 artikel yang sudah diuraikan pada hasil penelitian dan pembahasan, penulis menarik kesimpulan yaitu penelitian yang menggunakan desain penelitian (*Pra eksperimen*) desain Menggunakan lima tehnik sampel (*Purposive random sampling, purposive sampling, simple random sampling, total sampling, random sampling*) Dan artikel yang menggunakan sampel terbanyak/tertinggi (*Purposive sampling*), menggunakan variable independen dan dependen, menggunakan jenis instrumen *Lembar observasi Numeric Rating Scale*, penomoran ganjil (kelompok perlakuan) dan genap (Kelompok kontrol), Lembar Kuesioner dan lembar observasi, lembar observasi serta menggunakan empat jenis uji analisa (Wilcoxon, simple t-test, mann whitney test, repeated measures ANOVA), dari 8 artikel ditemukan hasil bahwa ada pengaruh yang signifikan terapi massage terhadap intensitas nyeri pada pasien cephalgia

## DAFTAR PUSTAKA

- Afianti, Y., & Budiarti, Y. (2020). Efek Terapi Kombinasi Slow Deep Breathing (Sdb) Dan Massage Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Akut Pada Cedera Kepala Ringan. *Journal Nurshing Army*, 1(2), 25-36.  
<http://journal.akperkesdam6tpr.ac.id/index.php/JOJS/article/view/16>
- Astuti, E., Mahayati, L., & Artini, B. (2014). Pengaruh Fisioterapi Kepala (Masase Kepala) Terhadap Penurunan Nyeri Kepala Pada Klien Hipertensi Di Rumah Sakit William Booth Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 3(2), 7- Pages.  
<http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/d3kep/article/view/10>
- Azizah, Lilik. 2011. *Keperawatan lanjut usia. Graha Ilmu*. 2011, 178 halaman
- Bali Post. (2009). *Waspadai Nyeri pada Kepala (online)* (<http://www.Balipost.co.id/mediadetail.php?modul>)



- e=detailberitaminggu&kid=24&id=25677, diakses 15 januari 2015).
- Bicer Sevil, Ayla Unsal & Gokce Demir (2015) The effect of Aromatherapy Massage Applied to Facial Area Upon Headache Severity among Patients who Suffered from Headache During Hemodialysis. *International Journal of Caring Sciences*, 8(3), 722 pages.
- Breakey. 1982. *Current Understanding and Treatment*. New England Journal Medicine. 346 Surabaya
- Bustam, M.N. 2007. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta
- Cony, R. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Grasindo.
- Darmawan, A., & Epid, M. (2016). *Epidemiologi penyakit menular dan penyakit tidak menular*. JAMBI MEDICAL JOURNAL "Jurnal Kedokteran dan Kesehatan", 4(2)
- Daulay, N. M., & Simamora, F. A. (2019). Demonstrasi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Labuhan Rasoki Kota Padangsidempuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 1(1), 9-12.
- Depkes RI, 2009. *Sistem Kesehatan Nasional*. Jakarta
- Destia, D., & Umi, P. (2014). Perbedaan tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Hidroterapi Rendam Hangat pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Ngudi Waluyo Ungaran*
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2015). *Profil kesehatan kotabengkulu tahun 2015*. Kota Bengkulu
- Elsanti & Salma. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan 1 (Konsep Dasar Asuhan Kehamilan)*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Farmana, T. P., Siringoring, E. & Safruddin (2020). Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 5(1), 9-17.
- Fauci, et al. (2012). *Harrison's Principles of Internal Medicine Seventeenth Edition: Manual of Medicine*. Tangerang, Karisma Publishing Group
- Ferayanti, N. M., Erwanto, R., & Sucipto, A. (2017). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah. *Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah*, 3(5), 38-45.
- Haris, A., & Nurwahidah, N. (2019). Efektivitas Massage Mulai Dari Bahu Sampai Kepala Terhadap Tingkat Nyeri Kepala Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Analisis Medika Biosains (JAMBS)*, 4(1), 1-5. <http://jambs.poltekkesmataram.ac.id/index.php/home/article/view/75>
- Hidayati, H. B. (2016). Tinjauan Pustaka : Pendekatan Klinisi dalam Manajemen Nyeri Kepala. *Mnj*, 2(2), 89-96. [https://www.researchgate.net/publication/341378632\\_The\\_Effect\\_of\\_Aromatherapy\\_Massage\\_Applied\\_to\\_Facial\\_Area\\_upon\\_Headache\\_Severity\\_among\\_Patients\\_who\\_Suffered\\_from\\_Headache\\_During\\_Hemodialysis](https://www.researchgate.net/publication/341378632_The_Effect_of_Aromatherapy_Massage_Applied_to_Facial_Area_upon_Headache_Severity_among_Patients_who_Suffered_from_Headache_During_Hemodialysis)
- Husada, S. W. (2019). Pengaruh Pijat Relaksasi Terhadap Penurunan Sakit Kepala Pada Ibu Hamil Trimester I. <https://ojs.widyagamahusada.ac.id/index.php/JIK/article/view/188>
- Kemendes RI, 2015. *Pegangan untuk Kader dan Petugas Kesehatan*. Depkes RI Pusat Promosi Kesehatan : Jakarta.
- Kurniyati, E. M., Satriawati, A. C., & Camila, H. E. (2020). Pengaruh Akupresur Terhadap Pengurangan Nyeri Kepala pada Ibu Hamil Trimester 1 di Tempat Praktek Mandiri Bidan Muarofah Surabaya. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 11-15. <https://ejournalwiraraja.com/index.php/JIK/article/view/940>
- Mark. 1991. *Kesembuhan melalui Pijat Refleksi*. Surabaya. Yogyakarta
- Marni. 2015. *Situasi lanjut usia Indonesia di akses tanggal 30 mei 2015 pukul 10:00 wib*
- Marwanti, (2018). *Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Iskhemik Dengan Latihan Range Of Motion*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



- Notoadmojo, Soekidjo.2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam, (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: PT Salemba Medika
- Padila. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan 1 (Konsep Dasar Asuhan Kehamilan)*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Pice, S. 1997. *Aromaterapi Bagi Profesi Keperawatan*: Jakarta : EGC
- Potter & Perry. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4 volume 1*. Jakarta. EGC
- Potter dan Perry. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Purwandari, K. P. (2018). Efektifitas Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi . *Jurnal KEPERAWATAN GSH*, 5(2). <http://journal.akpergshwng.ac.id/index.php/gsh/article/view/50>
- Roza, R., Mulyadi, B., Nurdin, Y., & Mahathir, M. (2019). Pengaruh Pemberian Akupresur oleh Anggota Keluarga terhadap Tingkat Nyeri Pasien Nyeri Kepala (Chephalgia) di Kota Padang Panjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), 714-717. <http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah/article/view/772>
- Safitri, O. R., Sangadji, F., & Mizan, D. M. (2018). Efektifitas Head Massage Dan Murrotal AL-Qur'an Surah AR-Rahman Terhadap Intensitas Nyeri Kepala Pada Santri MA'Had Syaikh Jamilurrahman AS-Salafy Yogyakarta. <http://jurnalmadanimedika.ac.id/index.php/JMM/article/view/18>
- Santoso, Totok, Budi. (2011) *Gangguan Gerak dan Fungsi Kognitif Pada Wanita Lanjut Usia*. Jurnal kesehatan. Juni 2011, 41-57 halaman
- Santroek, 2002. *Life Span Development*. Jakarta : Erlangga
- Silberstein and Lipton, 2001 *Classifacation of Headache Disorders*, Jakarta : EGC
- Silberstein, 2005. *Cephalgia Kronik* Jakarta : EGC
- Sjahrir, Hasan. 2014. *Mekanisme Terjadinya Nyeri Kepala Primer dan Prospek Pengobatannya*. Medan : Universitas Sumatra Utara
- Smeltzer, C. S. dan Bare, G. B. .2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* Jakarta: EGC
- Suryani, Manurung.2011. *Pedoman Melakukan Massage*. Jakarta : EGC
- Syahrini dkk. 2012. *Faktor-Faktor Risiko Nyeri Kepala Diwilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Samarinda*. Jurnal Kesehatan Masyarakat 2 tahun 2012, 315-325 halaman