MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

PENGELOLAAN NYERI AKUT DENGAN TERAPI NAPE MASSAGE DAN AROMATERAPI JASMINE PADA PASIEN HIPERTENSI DI KLINIK PRATAMA AISYIYAH TEMANGGUNG

Isma Yuliyanti[1], Maksum[2]
Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

Email : ismayuliyanti80@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang sering disertai dengan nyeri pada daerah tengkuk akibat peningkatan tekanan darah dan ketegangan otot, sehingga memerlukan penatalaksanaan baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah *nape massage* yang dikombinasikan dengan aromaterapi *jasmine*. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengelolaan nyeri akut menggunakan terapi *nape massage* dan aromaterapi *jasmine* pada pasien hipertensi di klinik pratama aisyiyah temanggung. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus deskriptif dengan melibatkan satu pasien hipertensi yang mengalami nyeri akut. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi keperawatan. Intervensi dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan pemberian *nape massage* selama 15–20 menit yang dikombinasikan dengan inhalasi aromaterapi *jasmine*. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (*NRS*) dari skala 5 (nyeri sedang) menjadi skala 3 (nyeri ringan), berkurangnya kekakuan pada tengkuk, pasien menjadi lebih rileks, kualitas tidur membaik, serta kenyamanan dalam melakukan aktivitas sehari-hari meningkat setelah diberikan intervensi. Penerapan *nape massage* dan aromaterapi *jasmine* dapat membantu menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan kenyamanan pada pasien hipertensi, sehingga dapat dijadikan sebagai intervensi nonfarmakologis pendamping dalam pemberian asuhan keperawatan.

Kata Kunci : hipertensi, nyeri akut, *nape massage*, aromaterapi *jasmine*.
Kepustakaan : 19 (2016 - 2026)

ABSTRACT

Hypertension is a chronic disease that is often accompanied by pain in the neck area due to increased blood pressure and muscle tension, requiring both pharmacological and non-pharmacological management. One of the non-pharmacological interventions that can be applied is Nape Massage combined with Jasmine Aromatherapy. This study aimed to describe the management of acute pain using Nape Massage and Jasmine Aromatherapy in a patient with hypertension at Aisyiyah Pratama Clinic, Temanggung. This study employed a descriptive case study approach involving one patient with hypertension who experienced acute pain. Data were collected through interviews, observation, physical examination, and nursing documentation. The intervention was carried out for

Article History
Received: Agustus 2026
Reviewed: Agustus 2026
Published: Agustus 2026

Plagirism Checker No 950
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Medic Nutricia

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

three consecutive days by providing a 15-20 minute Nape Massage combined with the inhalation of Jasmine Aromatherapy. The results showed a reduction in pain intensity as measured by the Numeric Rating Scale (NRS), from a score of 5 (moderate pain) to a score of 3 (mild pain). In addition, neck stiffness decreased, the patient became more relaxed, sleep quality improved, and comfort in performing daily activities increased after the intervention. The application of Nape Massage and Jasmine Aromatherapy can help reduce pain intensity and improve comfort in patients with hypertension. Therefore, it can be used as a complementary non-pharmacological intervention in nursing care.

Keywords : *hypertension, acute pain, nape massage, jasmine aromatherapy*
Literature : 19 (2016 - 2026)

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dan menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular, stroke, serta gangguan ginjal. World Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di dunia mengalami hipertensi, dan sebagian besar penderita belum mengetahui kondisi tersebut (WHO, 2023). Di Indonesia, prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah pada penduduk usia ≥18 tahun masih tinggi, yaitu sekitar 30,8% berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023.

Hipertensi dapat disertai berbagai keluhan, salah satunya nyeri kepala dan nyeri leher atau tengkuk. Peningkatan tekanan darah dan aktivitas sistem saraf simpatis dapat menyebabkan vasokonstriksi serta peningkatan ketegangan otot, terutama pada daerah leher dan bahu, sehingga menimbulkan atau memperberat nyeri. Nyeri yang tidak ditangani secara optimal dapat mengganggu aktivitas, tidur, kenyamanan, dan kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, diperlukan pengelolaan nyeri secara komprehensif melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis (Auliya, 2023).

Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah *nape massage* atau pijat tengkuk. Terapi ini memberikan efek relaksasi, membantu meningkatkan sirkulasi darah, mengurangi ketegangan otot, serta merangsang sistem parasimpatis sehingga dapat membantu menurunkan nyeri dan tekanan darah (Nukak et al., 2025). Penelitian Marlianti (2025) menunjukkan adanya pengaruh pemberian massage tengkuk terhadap penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi. Selain itu, aromaterapi jasmine dapat digunakan sebagai terapi komplementer karena aroma yang dihirup melalui sistem olfaktorius dapat memberikan efek relaksasi dan membantu menurunkan aktivitas simpatis. Kombinasi kedua intervensi tersebut diharapkan dapat memberikan efek terhadap penurunan nyeri sekaligus meningkatkan kenyamanan pasien.

Di Kabupaten Temanggung, hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang banyak ditemukan. Berdasarkan data Klinik Pratama Aisyiyah Temanggung, selama tiga tahun terakhir terdapat 167 pasien hipertensi yang terdaftar, yaitu 40 pasien pada tahun pertama, 64 pasien pada tahun kedua, dan 63 pasien pada periode Juli 2025–Juni 2026 (Klinik Pratama Aisyiyah Temanggung, 2026). Sebagian pasien mengalami keluhan nyeri kepala dan nyeri leher sehingga diperlukan pengelolaan nyeri yang efektif dan mudah diterapkan.

Berdasarkan uraian tersebut, penerapan nape massage dan aromaterapi *jasmine* sebagai terapi nonfarmakologis menjadi salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam pengelolaan nyeri

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

akut pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, penulis tertarik mengangkat kasus dengan judul "Pengelolaan Nyeri Akut dengan Terapi *Nape Massage* dan Aromaterapi *Jasmine* pada Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Aisyiyah Temanggung".

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada satu pasien Hipertensi yang mengalami nyeri di daerah tengkuk. Subjek dipilih menggunakan teknik *convenience sampling* berdasarkan ketersediaan dan kemudahan akses data. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan studi dokumentasi menggunakan format pengkajian keperawatan, lembar observasi, serta rekam medis pasien.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian

Pengkajian dilakukan pada 9 Juli 2026 di rumah pasien melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan pengukuran tanda-tanda vital. Pasien mengeluhkan nyeri dan kaku pada daerah tengkuk sejak sekitar dua bulan, bersifat hilang timbul, bertambah saat kelelahan atau beraktivitas, dan berkurang saat istirahat. Nyeri terasa berdenyut, terlokalisasi pada daerah tengkuk, dengan skala 5/10 berdasarkan Numeric Rating Scale (NRS). Pasien juga mengalami gangguan tidur akibat nyeri, dengan waktu tidur berkurang menjadi sekitar 5–6 jam per malam.

Hasil pemeriksaan menunjukkan keadaan umum pasien cukup baik dengan kesadaran compos mentis. Tekanan darah 160/111 mmHg, nadi 85 kali/menit, frekuensi napas 20 kali/menit, dan suhu 36°C. Pasien tampak meringis saat menggerakkan leher dan bahu, tetapi masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Hasil tersebut menunjukkan adanya keluhan nyeri tengkuk yang disertai peningkatan tekanan darah.

Temuan tersebut sejalan dengan Nukak et al. (2025), yang menjelaskan bahwa peningkatan tekanan darah dan aktivitas sistem saraf simpatis dapat menyebabkan vasokonstriksi serta meningkatkan ketegangan otot leher sehingga memicu nyeri pada daerah kepala dan tengkuk. Pengkajian menggunakan PQRST dan NRS penting dilakukan untuk mengetahui karakteristik dan intensitas nyeri serta menjadi dasar dalam menentukan intervensi dan mengevaluasi perkembangan kondisi pasien.

Diagnosis Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian, ditetapkan diagnosis keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis. Diagnosis tersebut didukung oleh keluhan nyeri dan kaku pada daerah tengkuk dengan skala 5/10, nyeri bertambah saat aktivitas, pasien tampak meringis, serta tekanan darah berada di atas batas normal. Nyeri juga menyebabkan gangguan tidur sehingga memengaruhi kenyamanan dan aktivitas pasien.

Diagnosis Nyeri Akut dipilih sebagai masalah prioritas karena nyeri merupakan masalah yang secara langsung mengganggu kebutuhan aman dan nyaman pasien. Berdasarkan konsep kebutuhan dasar Maslow, kebutuhan rasa aman dan nyaman perlu dipenuhi agar pasien dapat mempertahankan kondisi fisik dan psikologis secara optimal. Selain itu, nyeri yang tidak ditangani dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis, ketegangan otot, gangguan tidur, dan respons fisiologis lainnya yang berpotensi memperburuk kondisi pasien hipertensi.

Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan yang diberikan berfokus pada manajemen nyeri dengan terapi *nape massage* dan aromaterapi jasmine. Intervensi dilakukan selama tiga hari, yaitu tanggal 9–11 Juli 2026. Tindakan meliputi pengkajian karakteristik nyeri menggunakan PQRST dan NRS, pemantauan tanda-tanda vital, pemberian posisi nyaman, terapi nape massage selama 15–20

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

menit yang dikombinasikan dengan aromaterapi *jasmine*, serta edukasi mengenai pola hidup sehat, pembatasan konsumsi garam, istirahat yang cukup, dan kontrol tekanan darah secara berkala.

Pemilihan nape massage didasarkan pada manfaatnya dalam memberikan relaksasi, mengurangi ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi darah, dan membantu menurunkan persepsi nyeri. Aromaterapi *jasmine* digunakan sebagai terapi komplementer yang memberikan efek relaksasi melalui stimulasi sistem limbik sehingga dapat membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan kenyamanan. Intervensi tersebut sesuai dengan kondisi pasien yang mengalami nyeri tengkuk dan membutuhkan pendekatan nonfarmakologis sebagai terapi pendamping.

Implementasi Keperawatan

Implementasi dilakukan selama tiga hari berturut-turut di rumah pasien. Setiap tindakan diawali dengan pengkajian nyeri dan pemeriksaan tanda-tanda vital, kemudian pasien diposisikan dengan nyaman dan diberikan terapi nape massage yang dikombinasikan dengan aromaterapi jasmine selama 15–20 menit. Terapi dilakukan pada daerah tengkuk hingga bahu dengan teknik pijat yang disesuaikan dengan kenyamanan pasien. Selama tindakan, pasien diarahkan untuk berada dalam kondisi rileks dan lingkungan dibuat nyaman.

Pada hari kedua dan ketiga, dilakukan evaluasi respons pasien terhadap terapi dan tindakan dilanjutkan sesuai prosedur. Edukasi juga diberikan kepada pasien dan keluarga mengenai manfaat terapi, cara melakukan nape massage secara mandiri, pembatasan makanan tinggi garam, istirahat yang cukup, serta pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Pasien kooperatif selama pelaksanaan dan tidak menunjukkan efek samping terhadap tindakan yang diberikan.

Pemberian terapi secara berulang selama tiga hari menunjukkan perkembangan kondisi pasien yang semakin baik. *Nape massage* memberikan stimulasi mekanik pada daerah tengkuk yang dapat membantu mengurangi ketegangan otot dan memberikan efek relaksasi, sedangkan aromaterapi *jasmine* mendukung proses relaksasi sehingga persepsi nyeri dapat berkurang. Hasil tersebut mendukung penggunaan kedua terapi sebagai intervensi nonfarmakologis pendamping dalam pengelolaan nyeri pada pasien hipertensi.

Evaluasi Keperawatan

Evaluasi dilakukan dengan membandingkan kondisi pasien sebelum dan setelah intervensi berdasarkan intensitas nyeri, ekspresi pasien, kenyamanan, dan tekanan darah. Pada hari pertama, pasien masih mengeluhkan nyeri dengan tekanan darah 155/97 mmHg meskipun tampak lebih rileks setelah terapi. Pada hari kedua, pasien mengatakan lebih nyaman dan skala nyeri menurun dari 5/10 menjadi 4/10 dengan tekanan darah 145/80 mmHg. Pada hari ketiga, skala nyeri menurun dari 4/10 menjadi 3/10 setelah terapi, pasien tampak lebih rileks dan tekanan darah menjadi 140/80 mmHg.

Hasil tersebut menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dan peningkatan kenyamanan setelah pemberian terapi nape massage dan aromaterapi jasmine selama tiga hari. Berdasarkan hasil evaluasi, masalah keperawatan Nyeri Akut dinyatakan teratasi. Pasien dianjurkan melanjutkan terapi secara mandiri apabila nyeri kambuh, menjaga pola makan rendah garam, mematuhi pengobatan yang diberikan, serta melakukan kontrol tekanan darah secara berkala.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nukak et al. (2025) yang menunjukkan bahwa nape massage dapat membantu menurunkan intensitas nyeri dan meningkatkan relaksasi pada pasien hipertensi. Faktor pendukung keberhasilan tindakan adalah pasien kooperatif dan adanya dukungan keluarga, sedangkan faktor penghambat adalah aktivitas fisik pasien yang dapat

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

menyebabkan ketegangan kembali pada otot leher dan tengkuk. Meskipun demikian, secara keseluruhan kombinasi nape massage dan aromaterapi jasmine menunjukkan hasil positif dalam membantu mengurangi nyeri dan meningkatkan kenyamanan pasien.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil asuhan keperawatan pada Tn. T dengan diagnosis medis hipertensi dan masalah keperawatan Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (peningkatan tekanan darah) di rumah pasien pada tanggal 9–11 Juli 2026, maka dapat disimpulkan bahwa:

Pengkajian menunjukkan bahwa Tn. T mengeluhkan nyeri dan rasa kaku pada daerah tengkuk sejak kurang lebih dua bulan. Hasil pengkajian menggunakan metode PQRST menunjukkan nyeri bertambah saat beraktivitas dan berkurang saat beristirahat, dengan skala nyeri awal 5 (nyeri sedang).

Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah Nyeri Akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis (peningkatan tekanan darah) berdasarkan data subjektif dan objektif yang diperoleh selama proses pengkajian sesuai dengan kriteria SDKI.

Intervensi keperawatan disusun berdasarkan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) Manajemen Nyeri (I.08238) yang meliputi observasi karakteristik nyeri, pemantauan tanda-tanda vital, pemberian terapi *nape massage* yang dikombinasikan dengan aromaterapi *jasmine*, menciptakan lingkungan yang nyaman, serta pemberian edukasi kepada pasien dan keluarga.

Implementasi keperawatan dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan melaksanakan seluruh intervensi yang telah direncanakan. Terapi *nape massage* dan aromaterapi *jasmine* diberikan sebagai terapi nonfarmakologis untuk membantu mengurangi nyeri, meningkatkan relaksasi, dan meningkatkan kenyamanan pasien.

Evaluasi keperawatan menunjukkan bahwa setelah tiga hari pemberian asuhan keperawatan terjadi penurunan intensitas nyeri dari skala 5 menjadi 3, pasien tampak lebih rileks, ekspresi meringis berkurang, tekanan darah mengalami penurunan, sehingga masalah keperawatan Nyeri Akut dinyatakan teratasi dan terapi dapat dilanjutkan secara mandiri di rumah sesuai edukasi yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

Aulliya Geovany, G. S. (2024). Pengaruh Terapi Kombinasi Relaksasi Benson Dan Aromaterapi jasmine Untuk Tekanan Darah Dan Penurunan Skala Nyeri Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

Auliya, D. C. (2023). Faktor Risiko Hipertensi Di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, *11*. http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm

Cahyono. (2023). Hipertensi Artikel. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, *2*. http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/PIPK

Deepa y. (2026). Impact of aromatherapy neck massage on resting cardiovascular parameters in patients with chronic kidney disease and secondary hypertension: A self-controlled study. *PUB MED*. https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2026.02.003

Julianty Pradono. (2020). Hipertensi Pembunuh Terselubung Indonesia, *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. h Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB). www.litbang.kemkes.go.id

Klinik pratama aisyiyah temanggung. (2026). *Data pasien hipertensi di klinik pratama aisyiyah temanggung*.

Maureen, F. (2016). *Smeltzer and Bare's Textbook of Medical-Surgical Nursing*.

Niken Ayu Noviyani. (2024). *Niken Ayu Noviyani*.

Nukak, M. A., Maria, Y., & Keytimu, H. (2025). Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Penerapan

MEDIC NUTRICIA
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

2026, Vol. 23 No. 4
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Masase Tengkuk Dengan Minyak Zaitun Untuk Mengurangi Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kopeta, *6*, 4047–4053.

Nyeri, S., Darah, T., & Penderita, P. (2024). *Aulliya Geovany [1], Gatot Suparmanto [2 1]*.

Potter, P. (2021). Fundamentals of Nursing. *elsavier books*.

PPNI. (2018). Setandar Diagnosis Keperawatan Indonesia.

PPNI. (2018). Setandar Luaran Keperawatan Indonesia.

PPNI. (2018). Setandar Intervensi Keperawatan Indonesia.

Roswita, R. (2022). Pengaruh Aromaterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi : Literature Review. *Jurnal Skala Kesehatan Politeknik Kesehatan Banjarmasin*, *13*. ge: http://www.ejurnalskalakesehatan-poltekkesbjm.com

Sihaloho, A. A. (2020). *Implementasi dan evaluasi keperawatan*. https://doi.org/DOI:10.31219/osf.io/nujbe

Sitepu, A. L. (2021). Pijat Refleksi Tengkuk Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi*, *4*(1). https://doi.org/10.35451/jkf.v4i1.846

Suraning Wulandari Tri. (2025). Analisis Faktor Risiko Hipertensi Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Di Temanggung Jawa Tengah. *Akademi Keperawatan Alkautsar Temanggung*.

Susilo AP. (2022). Learning Pain Management During Clinical Medical Education: A Case Report. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*. https://doi.org/10.22146/jpki.62757

Syafrini, R. O., Keliat, B. A., & Eka Putri, Y. S. (2019). *Efektivitas implementasi asuhan keperawatan isolasi sosial dalam mpkp jiwa terhadap kemampuan klien*. *3*(2).

taslim. (2016). *Pengkajian Nyeri*. etha Grafika Yogyakarta.

WHO, W. H. O. (2023). *Hypertension. March. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension*

Widiyono. (2022). Aktivitas Fisik Untuk Mengatasi Hipertensi. *Lembaga Chakra Brahmana Lentera*.