

**APPLICATION OF SU-JOK THERAPY IN MEETING NEEDS HEADACHE
COMFORT FOR FAMILY WITH HYPERTENSION IN
THE WORKING AREA PUSKESMAS GAMPING I**

Laksito Rini¹, Tri Prabowo², Tri Widyastuti H³
¹²³ Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293
Email: : laksitorini78@gmail.com

ABSTRACT

Background: *The main issues often experienced by the elderly with hypertension are the emergence of symptoms such as headaches, tension or soreness in the back of the neck, as well as feelings of anxiety and restlessness. These symptoms can reduce comfort levels and disrupt the ability of the elderly to carry out daily physical activities.*

Objective: *The application of Su-Jok therapy in meeting the comfort needs of headache relief for family members with hypertension in the working area of Puskesmas Gamping I.*

Method: *This scientific work was prepared using a descriptive research method based on case studies.*

Results: *The application of Su-Jok therapy on elderly patients with hypertension experiencing discomfort due to pain was conducted over three visits, with each session lasting 5-8 minutes. This intervention showed an increase in comfort, a decrease in blood pressure, and a reduction in pain scale in both clients. These findings indicate that Su-Jok therapy is effective and successful as part of gerontological nursing interventions.*

Conclusion: *The administration of Su-Jok therapy to elderly patients with hypertension who experience discomfort has been proven to improve comfort, lower blood pressure, and reduce pain levels, thus it can be used as a supportive intervention in geriatric nursing.*

Keywords: *Su-Jok, Comfort, Elderly, Hypertension*

**PENERAPAN TERAPI SU-JOK DALAM PEMENUHAN KEBUTUHAN
RASA NYAMAN PADA KELUARGA DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAMPING I**

Laksito Rini¹, Tri Prabowo², Tri Widyastuti H³
¹²³ Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293
Email: : laksitorini78@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Masalah utama yang sering dialami lansia dengan hipertensi adalah munculnya gejala seperti nyeri kepala, ketegangan atau pegal di area leher bagian belakang, serta perasaan cemas dan gelisah. Gejala-gejala ini dapat menurunkan tingkat kenyamanan dan mengganggu kemampuan lansia dalam menjalani aktivitas fisik sehari-hari.

Tujuan : Penerapan terapi Su-Jok dalam pemenuhan kebutuhan rasa nyaman nyeri kepala pada keluarga dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping I.

Metode : Karya ilmiah ini disusun menggunakan metode penelitian deskriptif berbasis studi kasus.

Hasil : Penerapan terapi Su-Jok pada lansia dengan hipertensi yang mengalami ketidaknyamanan akibat nyeri dilakukan selama tiga kali kunjungan dengan durasi 5-8 menit setiap sesi. Intervensi ini menunjukkan adanya peningkatan rasa nyaman, penurunan tekanan darah, serta penurunan skala nyeri pada kedua klien. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi Su-Jok efektif dan berhasil sebagai bagian dari intervensi keperawatan gerontik.

Kesimpulan : Pemberian terapi Su-Jok pada lansia hipertensi yang mengalami gangguan rasa nyaman terbukti dapat meningkatkan kenyamanan, menurunkan tekanan darah, dan mengurangi tingkat nyeri, sehingga dapat dijadikan intervensi pendukung dalam keperawatan lansia.

Kata Kunci : Su-Jok, Rasa Nyaman, Lansia, Hipertensi