

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Penelitian, Agustus 2025**

**Amelia Azzahra
24311001**

**Pengaruh Terapi *Foot Massage* Menggunakan Minyak Lavender Terhadap
Nyeri Kepala Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari
Pekanbaru.**

Xv + 44 Halaman + 7 Tabel + 6 gambar +2 skema + 11 Lampiran

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering menimbulkan komplikasi, salah satunya nyeri kepala. Upaya nonfarmakologis seperti terapi pijat kaki (*foot massage*) dengan minyak lavender dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk menurunkan nyeri dan memberikan efek relaksasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi *foot massage* menggunakan minyak lavender terhadap intensitas nyeri kepala pada penderita hipertensi di Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah pra-eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Jumlah sampel sebanyak 15 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Intensitas nyeri kepala diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan dengan uji *paired sample t-test* setelah uji normalitas *Shapiro-Wilk*. Hasil penelitian menunjukkan sebelum intervensi, mayoritas responden (80%) mengalami nyeri sedang dan 20% nyeri berat. Setelah intervensi, 86,7% responden mengalami nyeri ringan, 13,3% nyeri sedang, dan tidak ada yang mengalami nyeri berat. Rata-rata skor nyeri kepala menurun dari 5,53 (SD = 1,060) menjadi 2,33 (SD = 0,976) dengan selisih rata-rata 3,20. Hasil uji *paired sample t-test* diperoleh *p-value* = 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan sebelum dan sesudah intervensi. Kesimpulan, terapi *foot massage* dengan minyak lavender efektif menurunkan nyeri kepala pada penderita hipertensi dan direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan komplementer.

Kata Kunci: Hipertensi, Nyeri Kepala, *Foot Massage*, Minyak Lavender, Terapi Nonfarmakologis.

Daftar Bacaan : 42 (2020-2025)

**BACHELOR OF NURSING STUDY PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE**

Research, August 2025

Amelia Azzahra

24311001

**The Effect of Foot Massage Therapy Using Lavender Oil on Headache in
Hypertensive Patients at Rejosari Public Health Center, Pekanbaru**

Xv + 44 Pages + 7 Tables + 6 Figures + 2 Scheme + 11 Appendices

ABSTRACT

Hypertension is a major non-communicable disease that often leads to complications, one of which is headache. Non-pharmacological approaches such as foot massage with lavender oil are considered effective complementary therapies to reduce pain and promote relaxation. This study aimed to determine the effect of foot massage using lavender oil on headache intensity among hypertensive patients at Rejosari Public Health Center, Pekanbaru. The research employed a pre-experimental one group pretest–posttest design. A total of 15 respondents were selected through purposive sampling according to inclusion and exclusion criteria. Headache intensity was measured using the Numeric Rating Scale (NRS) before and after the intervention. Data were analyzed using a paired sample t-test after a normality test with Shapiro–Wilk. Results showed that before the intervention, 80% of respondents experienced moderate headache and 20% had severe headache. After the intervention, 86.7% reported mild headache, 13.3% moderate, and none severe. The mean score decreased significantly from 5.53 (SD = 1.060) to 2.33 (SD = 0.976), with a mean difference of 3.20. The paired t-test revealed a p-value of 0.001 ($p < 0.05$), indicating a significant effect. In conclusion, foot massage using lavender oil effectively reduced headache intensity in hypertensive patients and can be recommended as a complementary nursing intervention.

Keywords: Hypertension, Headache, Foot Massage, Lavender Oil, Non-Pharmacological Therapy.

References: 42 (2020–2025)