

NASKAH PUBLIKASI

**PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI KELURAHAN SIANTAN HULU
PONTIANAK UTARA**

UMI SORAYA

NIM I31110020



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS TANJUNGPURA

PONTIANAK

2014

**LEMBAR PENGESAHAN
NASKAH PUBLIKASI**

**Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah
pada Lansia dengan Hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu
Pontianak Utara**

Tanggung Jawab Yuridis Material pada

**Umi Soraya
I31110020**

Disetujui Oleh

Pembimbing I,



**Yuyun Tafwidhah, SKM, M.Kep
NIP. 198212142005012011**

Pembimbing II,



**Ns. Berthy Sri Utami Adiningsih, S.Kep
NIDN.0006108701**

Penguji I,



**Dr. Suriadi, MSN, AWCS
NIP. 196607031985101001**

Penguji II,



Ns. Suhaimi Fauzan, M.Kep

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Tanjungpura**



**dr. Bambang Sri Nugroho, Sp. PD
NIP.19511218 197811 1 001**

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN SIANTAN HULU PONTIANAK UTARA

Oleh:
Umi Soraya*
Yuyun Tafwidhah**
Berthy Sri Utami Adiningsih**

Abstrak

Latar Belakang: hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang sering dijumpai pada lansia, karena bertambahnya umur dan penurunan fungsi fisiologis akibat proses degeneratif. Hal ini dapat diobati melalui dua cara yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Aromaterapi merupakan salah satu terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi

Objektif: penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Metode: jenis penelitian *quasy experiment* dengan rancangan penelitian *pre test and post test with control group* dengan teknik *purposive sampling*. Sampel penelitian berjumlah 36 orang yang terdiri dari 18 orang kelompok intervensi dan 18 orang kelompok kontrol. Analisis penelitian menggunakan uji alternatif *Wilcoxon*.

Hasil: rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan aromaterapi lavender yaitu 154,44 mmHg dan 95 mmHg, dan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 138,89 mmHg dan 85 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 155,56 mmHg dan 96,11 mmHg, dan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 153,89 mmHg dan 96,11 mmHg.

Kesimpulan: ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara tahun 2014.

Kata Kunci : aromaterapi lavender, hipertensi, lansia

THE INFLUENCY OF LAVENDER AROMATHERAPY FOR DECREASING OF BLOOD PRESSURE IN ELDERLY WITH HYPERTENSION AT SIANTAN HULU VILLAGE NORTH PONTIANAK

Abstract

Background: hypertension is one of the non-contaminate diseases that are common in the elderly, because of age and physiological function decrease due to degenerative processes. It can be treated in two ways, namely pharmacological and non-pharmacological treatment. Aromatherapy is one of the non-pharmacological treatments that can be used to reduce blood pressure in elderly with hypertension.

Objective: this study was conducted to determine the influency of lavender aromatherapy to reduce blood pressure in erderly with hypertension.

Methods: this research methodology used *quasy-experiment with pre-test and post-test with control group by purposive sampling technique*. The sample of this research was composed of 36 peoples consist of 18 peoples in the intervention group and 18 peoples in the control group. The analysis of this research used alternatives test of *Wiloxon*.

Results: mean of systole and diastole blood pressures before given lavender aromatherapy are 154.44 mmHg and 95 mmHg, mean of systole and diastole blood pressure after given lavender aromatherapy are 138.89 mmHg and 85 mmHg. In other hand the mean systole and diastole blood pressures before given without lavender aromatherapy are 155.56 mmHg and 96.11 mmHg, and the mean of systole and diastole blood pressures after being given without lavender aromatherapy are 153.89 mmHg and 96.11 mmHg.

Conclusion: there is influency of lavender aromatherapy for blood pressure decreasing in elderly with hypertension at Siantan Hulu North Pontianak in 2014.

Keywords : lavender aromatherapy, hypertension, elderly

* Nursing Student Tanjungpura University

** Nursing Lecturer Tanjungpura University

PENDAHULUAN

Bertambahnya umur diikuti dengan penurunan fungsi fisiologis akibat proses degeneratif (penuaan) sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada usia lanjut. Penyakit tidak menular pada lansia di antaranya hipertensi, stroke, diabetes melitus dan radang sendi atau rematik (Kemenkes RI, 2013). Salah satu penyakit degeneratif yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi adalah hipertensi (Darmojo & Hadi, 2004).

Hipertensi menjadi masalah pada lanjut usia karena sering ditemukan dan menjadi faktor utama parah jantung dan penyakit jantung koroner. Lebih dari separuh kematian di atas usia 60 tahun disebabkan oleh penyakit jantung dan serebrovaskuler (Wahjudi, 2008). Hipertensi adalah faktor risiko penting bagi perkembangan dan peningkatan penyakit jantung, yang diperkirakan akan menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia pada tahun 2020 (WHO, 2008). Hipertensi sering tidak menunjukkan gejala, sehingga baru disadari bila telah menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung atau stroke (Depkes RI, 2012).

Pengobatan hipertensi ada dua cara yaitu pengobatan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan secara farmakologis yaitu pengobatan yang menggunakan obat-obatan seperti diuretik, penghambat-beta, simpatolitik sentral, penghambat-alfa, vasodilator arteri, penghambat kanal kalsium, inhibitor ACE, dan antagonis reseptor tipe 1 angiotensin II (Graber & Robert, 2006). Disamping itu juga ada pengobatan secara alternatif (terapi nonfarmakologis) yang meliputi: 1) akupresur (akupuntur tanpa jarum), 2) pengobatan herbal dari cina, 3) terapi jus, 4) terapi herbal, 5) pijat, 6) yoga, 7) aromaterapi, 8) pernafasan dan relaksasi, 9) pengobatan pada pikiran dan tubuh; *biofeedback* meditasi, hipnosis, dan 10) perawatan di rumah (Jain, R., 2011).

Aromaterapi merupakan cara efektif dan lembut untuk meningkatkan kesehatan tubuh, mengatasi gangguan-gangguan ringan, serta membuat rileks (Charlish & Davies, 2005). Sebagaimana dengan pijat, aromaterapi bisa membantu penyembuhan penderita hipertensi dalam membebaskan mereka dari stres, maupun gejala-gejala lain yang terkait dengan stres seperti kecemasan, insomnia, hingga depresi. Menghirup minyak aromaterapi sendiri dianggap sebagai cara penyembuhan yang paling langsung dan cepat. Hal ini dikarenakan molekul-molekul minyak esensial yang mudah menguap bereaksi langsung pada organ penciuman dan langsung

dipersepsikan oleh otak. Minyak esensial seperti lavender, *ylang ylang*, helichrysum, marjoram, dan lemon biasanya digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi (Walsh, 2011). Lavender diketahui efektif terhadap kecemasan, stres dan depresi sebagai sebuah obat penenang yang kuat, memulihkan kelelahan otot dan membantu sirkulasi darah (Buckle *et al.*, 1997 dalam Kim & Kwon, 2010). Lavender mengandung sebagian besar ester (26%-52%), yang mana dapat menenangkan dan memberikan efek langsung pada sistem saraf (Young DG, 2003 dalam Walsh *et al.*, 2011).

Menurut keterangan petugas puskesmas dan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, bahwa sebagian besar lansia di Kelurahan Siantan Hulu menderita hipertensi, yaitu sebanyak 526 kasus pada tahun 2013 (Dinkes Kota Pontianak, 2013). Hasil wawancara juga menunjukkan bahwa belum ada intervensi dalam mengatasi hipertensi yang menggunakan terapi nonfarmakologi seperti penggunaan aromaterapi, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan desain penelitian eksperimen semu (*quasy experiment*). Rancangan ini berupaya untuk mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol di samping kelompok eksperimental. Dalam rancangan ini, kelompok eksperimental diberi perlakuan sedangkan kelompok kontrol tidak. Pada kedua kelompok perlakuan diawali dengan pra tes, dan setelah pemberian perlakuan diadakan pengukuran kembali (pasca tes) (Nursalam, 2011).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia dengan hipertensi yang tinggal di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara.

Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan *purposive sampling*, yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan/masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2011).

Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 36 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Kriteria sampel yang digunakan adalah lansia yang berusia 60 tahun ke atas, bersedia menjadi responden penelitian,

menderita hipertensi, saat pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Sedangkan lansia yang tidak menyukai aroma lavender dan gangguan penciuman tidak dimasukkan ke dalam sampel penelitian ini.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah aromaterapi lavender, sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah tekanan darah.

Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar instrumen data pengukuran tekanan darah, sfigmomanometer, stetoskop, dan kapas, serta aromaterapi lavender yang berupa minyak esensial.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas lagi karena sfigmomanometer merupakan alat ukur baku yang digunakan untuk mengukur tekanan darah.

Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dianalisa menggunakan uji statistik uji *T-test* yaitu uji beda dua mean dependen (*paired sampel T-test*).

Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara, yang mana proses penelitian ini menekankan pada masalah etika keperawatan yaitu bersedia untuk dilakukan penelitian (*informed consent*), tidak mencantumkan nama responden (*anonimity*), semua informasi responden akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti (*confidentiality*) dan memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing human harms and benefit*).

HASIL PENELITIAN

Responden pada penelitian ini berjumlah 36 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Kelompok Intervensi Sebelum Diberikan Aromaterapi Lavender di Kelurahan Siantan Hulu

Tekanan Darah	Mean	Median	SD	Min-Max
Sistolik	154,44	150	12,935	140-180
Diastolik	95	90	9,852	80-120

Berdasarkan tabel di atas diketahui rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan aromaterapi lavender yaitu 154,44 mmHg dan 95 mmHg. Dari nilai rata-rata tekanan darah tersebut menunjukkan bahwa lansia mengalami hipertensi derajat 1. Nilai median tekanan darah sistolik yaitu 150 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 90 mmHg. Tekanan darah sistolik dan diastolik

memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 140-180 mmHg dan 80-120 mmHg. Hasil estimasi interval penelitian disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata tekanan darah sistolik yaitu 148,01-160,88 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 90,10-99,90 mmHg.

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Kelompok Kontrol Sebelum tanpa Diberikan Aromaterapi Lavender di Kelurahan Siantan Hulu

Tekanan Darah	Mean	Median	SD	Min-Max
Sistolik	155,56	155	14,234	140-190
Diastolik	96,11	95	9,164	80-120

Berdasarkan tabel di atas diketahui rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 155,56 mmHg dan 96,11 mmHg. Dari nilai rata-rata tekanan darah tersebut menunjukkan bahwa lansia mengalami hipertensi derajat 1. Nilai median tekanan darah sistolik yaitu 155 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 95 mmHg. Tekanan darah sistolik dan diastolik memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 140-190 mmHg dan 80-120 mmHg. Hasil estimasi interval penelitian disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata tekanan darah sistolik yaitu 148,48-162,63 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 91,55-100,67 mmHg.

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Kelompok Intervensi Setelah Diberikan Aromaterapi Lavender di Kelurahan Siantan Hulu

Tekanan Darah	Mean	Median	SD	Min-Max
Sistolik	138,89	140	12,314	120-160
Diastolik	85	90	8,575	70-100

Berdasarkan tabel tersebut diketahui rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 138,89 mmHg dan 85 mmHg. Data tersebut menunjukkan bahwa lansia dengan hipertensi mengalami penurunan tekanan darah yaitu sebesar 15,55 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 10 mmHg untuk tekanan darah diastolik. Nilai median tekanan darah sistolik yaitu 140 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 90 mmHg. Tekanan darah sistolik dan diastolik memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 120-160 mmHg dan 70-100 mmHg. Hasil estimasi interval penelitian disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata tekanan darah sistolik yaitu 132,77-145,01 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 80,74-89,26 mmHg.

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Kelompok Kontrol Setelah tanpa Diberikan Aromaterapi Lavender di Kelurahan Siantan Hulu

Tekanan Darah	Mean	Median	SD	Min-Max
Sistolik	153,89	150	15,392	130-190
Diastolik	96,11	95	9,164	80-120

Dari tabel tersebut diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 153,89 mmHg dan 96,11 mmHg. Data tersebut menunjukkan bahwa tekanan darah lansia dengan hipertensi tidak mengalami penurunan yang signifikan atau lansia tetap mengalami hipertensi derajat 1. Nilai median tekanan darah sistolik yaitu 150 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 95 mmHg. Tekanan darah sistolik dan diastolik memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 130-190 mmHg dan 80-120 mmHg. Hasil estimasi interval penelitian disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata tekanan darah sistolik yaitu 146,23-161,54 mmHg dan tekanan darah diastolik yaitu 91,55-100,67 mmHg.

Tabel 5: Analisis Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Kelompok Intervensi Sebelum dan Setelah Diberikan Aromaterapi Lavender di Kelurahan Siantan Hulu

Tekanan Darah	Mean	Median	SD	Min-Max
sistolik sebelum	154,44	150	12,935	140-180
sistolik setelah	138,89	140	12,314	120-160
diastolik sebelum	95	90	9,852	80-120
diastolik setelah	85	90	8,575	70-100

Tabel di atas menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 154,44 mmHg dan 138,89 mmHg, dan tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 95 mmHg dan 85 mmHg. Nilai median tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 150 mmHg dan 140 mmHg serta nilai median tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 90 mmHg. Tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 140-180 mmHg dan 120-160 mmHg, serta untuk tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 80-120 mmHg dan 70-100 mmHg.

Dari hasil uji normalitas data diketahui distribusi data tidak normal sehingga menggunakan uji alternatif yaitu uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Berdasarkan hasil uji tersebut didapatkan nilai p tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 0,000 ($p<0,05$), dan tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 0,001 ($p<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi setelah diberikan aromaterapi lavender.

Tabel 6: Analisis Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Kelompok Kontrol Sebelum dan Setelah tanpa Diberikan Aromaterapi Lavender di Kelurahan Siantan Hulu

Tekanan Darah	Mean	Median	SD	Min-Max
sistolik sebelum	155,56	155	14,234	140-190
sistolik setelah	153,89	150	15,392	130-190
diastolik sebelum	96,11	95	9,164	80-120
diastolik setelah	96,11	95	9,164	80-120

Berdasarkan tabel di atas diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 155,56 mmHg dan 153,89 mmHg, dan tekanan darah diastolik sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 96,11 mmHg. Nilai median tekanan darah sistolik sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 155 mmHg dan 150 mmHg serta nilai median tekanan darah diastolik sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 95 mmHg. Tekanan darah sistolik sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 140-190 mmHg dan 130-190 mmHg, serta untuk tekanan darah diastolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 80-120 mmHg dan 80-120 mmHg.

Dari hasil uji normalitas data diketahui distribusi data tidak normal sehingga menggunakan uji alternatif yaitu uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$), didapatkan nilai p tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan setelah kelompok kontrol yaitu 0,083 dan 1,000 ($p>0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak adanya penurunan yang signifikan antara tekanan darah sebelum

dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender pada lansia dengan hipertensi.

Tabel 7: Analisis Tekanan Darah Lansia dengan Hipertensi Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Setelah Diberikan dan tanpa Diberikan Aromaterapi Lavender di Kelurahan Siantan Hulu

Tekanan Darah	Mean	Median	SD	Min-Max
sistolik intervensi	138,89	140	12,314	120-160
sistolik kontrol	153,89	150	15,392	130-190
diastolik intervensi	85	90	8,575	70-100
diastolik kontrol	96,11	95	9,164	80-120

Berdasarkan tabel di atas diketahui rata-rata tekanan darah sistolik setelah kelompok intervensi yaitu 138,89 mmHg dan sistolik setelah kelompok kontrol yaitu 153,89 mmHg serta tekanan darah diastolik setelah kelompok intervensi yaitu 85 mmHg dan tekanan darah diastolik setelah kelompok kontrol yaitu 96,11 mmHg. Nilai median tekanan darah sistolik setelah kelompok intervensi dan kontrol yaitu 140 mmHg dan 150 mmHg, dan nilai median tekanan darah diastolik setelah kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu 85 mmHg 90 mmHg dan 95 mmHg. Tekanan darah sistolik setelah kelompok intervensi dan kontrol memiliki nilai minimal dan maksimal yaitu 120-160 mmHg dan 130-190 mmHg, dan nilai minimal dan maksimal tekanan darah diastolik setelah kelompok intervensi dan kontrol yaitu 70-100 mmHg dan 80-120 mmHg.

Dari hasil uji normalitas data diketahui distribusi data tidak normal sehingga menggunakan uji alternatif yaitu uji *Mann-Whitney* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Berdasarkan hasil uji tersebut didapatkan nilai p tekanan darah sistolik setelah kelompok intervensi dan kontrol yaitu 0,004 ($p<0,05$), dan tekanan darah diastolik setelah kelompok intervensi dan kontrol yaitu 0,001 ($p<0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tekanan darah setelah diberikan aromaterapi lavender dengan tekanan darah setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender.

PEMBAHASAN

Tekanan darah lansia dengan hipertensi sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender pada kelompok intervensi

Berdasarkan pengukuran tekanan darah terhadap 18 orang lansia dengan hipertensi, didapatkan tekanan darah sistolik

dan diastolik terendah yaitu 140 mmHg dan 80 mmHg, dan tekanan darah sistolik dan diastolik tertinggi yaitu 180 mmHg dan 120 mmHg.

Menurut hasil observasi peneliti, hipertensi yang dialami oleh responden adalah hipertensi primer atau hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya. Hipertensi primer merupakan 90% dari seluruh kasus hipertensi yang didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah yang tidak diketahui penyebabnya (idiopatik) (Corwin, 2009). Beberapa faktor yang berkaitan dengan lansia terkena hipertensi yaitu genetik atau keturunan. Dari hasil wawancara, lansia mengatakan bahwa keluarganya juga mengalami hipertensi. Selain genetik, usia dan jenis kelamin juga merupakan faktor pemicu terjadinya hipertensi yang tidak dapat dikontrol. Gaya hidup seperti merokok, kurangnya aktivitas olahraga dan konsumsi garam yang berlebih juga menjadi salah satu faktor terjadinya hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara. Promosi kesehatan dan penyuluhan kesehatan penting untuk diterapkan agar hipertensi dapat diminimalkan dengan mengurangi faktor risiko penyebab hipertensi yang dapat dikontrol seperti aktivitas fisik, merokok dan konsumsi garam.

Pemberian aromaterapi lavender yang berupa minyak esensial kepada lansia dengan hipertensi selama 10 menit dapat menurunkan tekanan darah. Distribusi frekuensi menunjukkan tekanan darah setelah diberikan aromaterapi lavender mengalami penurunan baik tekanan darah sistolik maupun diastolik. Tekanan darah sistolik dan diastolik terendah yaitu 120 mmHg dan 70 mmHg, dan untuk tekanan darah sistolik dan diastolik yang tertinggi yaitu 160 mmHg dan 100 mmHg. Aromaterapi bisa membantu penyembuhan penderita hipertensi dalam membebaskan mereka dari stres, maupun gejala-gejala lain yang terkait dengan stres seperti kecemasan, insomnia, hingga depresi. Menghirup minyak aromaterapi sendiri dianggap sebagai cara penyembuhan yang paling langsung dan cepat. Hal ini dikarenakan molekul-molekul minyak esensial yang mudah menguap bereaksi langsung pada organ penciuman dan langsung dipersepsikan oleh otak (Vitahealth, 2006). Selain itu lavender dapat menenangkan, memulihkan kelelahan otot dan membantu sirkulasi darah (Buckle *et al.*, 1997 dalam Kim & Kwon, 2010).

Berdasarkan hasil uji alternatif *Wilcoxon*, didapatkan nilai p tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 0,000 ($p<0,05$), dan diastolik sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 0,001 ($p<0,05$). Karena hasil $p<0,05$ yang berarti H_0 ditolak

dan Ha diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kenia dan Taviyanda (2013) yang menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan relaksasi (aromaterapi mawar) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi, dengan rata-rata penurunan sistolik dan diastolik yaitu 10,63 mmHg, dan 10,18 mmHg. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2014) menunjukkan bahwa ada pengaruh massase ekstremitas dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah, di mana rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah intervensi yaitu 140 mmHg dan 133,95 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum dan setelah intervensi yaitu 90 mmHg dan 80 mmHg.

Tekanan darah lansia dengan hipertensi sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender pada kelompok kontrol

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum tanpa diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai minimal yaitu 140 mmHg dan 80 mmHg dan nilai maksimal tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 190 mmHg dan 120 mmHg. Tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai minimal 130 mmHg dan 80 mmHg dan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender memiliki nilai maksimal 190 mmHg dan 120 mmHg.

Tekanan darah tinggi atau hipertensi berarti meningkatnya tekanan darah secara tidak wajar dan terus-menerus karena rusaknya salah satu atau beberapa faktor yang berperan mempertahankan tekanan darah tetap normal (Ritu Jain, 2011). Lansia sering mengalami hipertensi, hal ini disebabkan oleh katup jantung menebal dan menjadi kaku, elastisitas dinding aorta menurun, curah jantung menurun, kinerja jantung lebih rentan terhadap kondisi dehidrasi dan pendarahan, tekanan darah meningkat akibat resistensi pembuluh darah perifer meningkat akibat dari proses menua (Arjatmo, 2003). Berdasarkan hasil wawancara, lansia mengatakan nyeri kepala, sakit pada sekitar tekuk dan sulit tidur pada malam hari dan sering terjaga.

Setelah dilakukan pengukuran tekanan darah awal, lansia dengan hipertensi kelompok kontrol dibiarkan istirahat atau tidak melakukan apapun selama 10 menit. Setelah

lansia istirahat, peneliti melakukan pengukuran tekanan darah kembali. Hasil pengukuran menunjukkan tidak adanya perubahan tekanan darah yang signifikan baik tekanan darah sistolik maupun diastolik sebelum dan setelah istirahat selama 10 menit. Nilai minimum tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tanpa diberikan aromaterapi yaitu 130 mmHg dan 80 mmHg, dan untuk nilai maksimum tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 190 mmHg dan 120 mmHg. Setelah diwawancara kembali, lansia mengatakan masih merasakan nyeri kepala dan sakit disekitar tekuk. Keadaan ini dapat diperbaiki dengan terapi farmakologis atau mengkonsumsi obat penurun tekanan darah tinggi sesuai resep dokter dan sering melakukan pemeriksaan tekanan darah rutin ke puskesmas atau ke pelayanan kesehatan lainnya. Selain itu, menghindari faktor-faktor yang dapat menimbulkan hipertensi seperti merokok, konsumsi garam berlebih dan perilaku hidup yang kurang sehat serta dapat menggunakan aromaterapi lavender sebagai terapi non farmakologi yang mudah digunakan dan bereaksi langsung terhadap sistem syaraf.

Berdasarkan hasil uji alternatif *Wilcoxon*, didapatkan nilai p tekanan darah sistolik sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 0,083 dan nilai p tekanan darah diastolik sebelum dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 1,000 ($p > 0,05$). Karena hasil $p > 0,05$ yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perubahan yang signifikan tekanan darah setelah dan sebelum tanpa diberikan aromaterapi lavender pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara. Hal ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Kenia dan Taviyanda (2013) yang menyatakan bahwa tidak ada perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok kontrol atau tanpa diberikan intervensi (aromaterapi mawar) pada lansia dengan hipertensi dengan nilai p tekanan darah sistolik $p = 0,665$ ($p > 0,05$), dan nilai p tekanan darah diastolik $p = 1,000$ ($p > 0,05$).

Perbedaan tekanan darah lansia dengan hipertensi setelah diberikan aromaterapi lavender dan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender pada kelompok intervensi dan kontrol

Dari hasil analisis, terlihat jelas perbedaan antara tekanan darah setelah diberikan aromaterapi lavender dengan tekanan darah setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara kepada lansia dengan hipertensi yang mengatakan bahwa setelah diberikan aromaterapi lavender, mereka merasa lebih rileks dan nyaman. Ini dibuktikan dengan

adanya penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan aromaterapi lavender, lansia masih merasakan nyeri kepala dan sakit disekitar tekuk.

Menurut (Jaelani, 2009) minyak esensial ini dapat memengaruhi aktivitas fungsi kerja otak melalui sistem syaraf yang berhubungan dengan indra penciuman. Respons ini akan dapat merangsang peningkatan produksi masa penghantar saraf otak (neurotransmitter), yaitu yang berkaitan dengan pemulihan kondisi psikis (seperti emosi, perasaan, pikiran, dan keinginan). Minyak esensial seperti lavender, *ylang ylang*, helichrysum, marjoram, dan lemon biasanya digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi (Walsh, 2011). Lavender diketahui efektif terhadap kecemasan, stres dan depresi sebagai sebuah obat penenang yang kuat, memulihkan kelelahan otot dan membantu sirkulasi darah (Buckle *et al.*, 1997 dalam Kim & Kwon, 2010).

Dari hasil analisis uji alternatif *Mann-Whitney* didapatkan nilai p tekanan darah setelah kelompok intervensi dan kontrol yaitu $p=0,004$ dan tekanan darah diastolik setelah kelompok intervensi dan kontrol yaitu $p=0,001$. Karena nilai $p<0,05$ yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik setelah diberikan aromaterapi lavender dengan tanpa diberikan aromaterapi lavender pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara tahun 2014.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara tahun 2014, maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan aromaterapi lavender yaitu 154,44 mmHg dan 95 mmHg, dan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 138,89 mmHg dan 85 mmHg, rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 155,56 mmHg dan 96,11 mmHg, dan rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender yaitu 153,89 mmHg dan 96,11 mmHg, ada penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia dengan hipertensi setelah diberikan aromaterapi lavender, tidak ada penurunan tekanan darah yang signifikan pada lansia dengan hipertensi setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender, dan ada perbedaan

tekanan darah pada lansia dengan hipertensi setelah diberikan aromaterapi lavender dengan setelah tanpa diberikan aromaterapi lavender.

Hasil penelitian ini diharapkan instansi pelayanan kesehatan dan keperawatan dapat menjadikan aromaterapi lavender sebagai terapi alternatif dan komplementer dalam menurunkan tekanan darah. Bagi institusi pendidikan dapat dijadikan sebagai acuan atau referensi mengenai cara menurunkan tekanan darah dengan menggunakan aromaterapi lavender. Bagi masyarakat disarankan untuk menggunakan aromaterapi lavender dalam menurunkan tekanan darah karena mudah digunakan dan memberikan efek yang cepat dan langsung, dan bagi penelitian selanjutnya, diharapkan bisa menjadi sumber informasi dan dikembangkan lebih lanjut mengenai penelitian ini sehingga akan diperoleh penelitian yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arjatmo. 2003. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. Balai Penerbit FKUI. Jakarta
2. Charlish, A., Davies, K. 2005. *Meningkatkan Kesuburan untuk kehamilan Alami*. Erlangga. Jakarta
3. Darmojo, R. B., Hadi, M. 2004. *Ilmu Kesehatan Usia Lanjut edisi ke-3*. Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Jakarta
4. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2012. *Masalah Hipertensi di Indonesia*. Jakarta
5. Graber, M. A., Peter, P. T., Robert, L. H. J. 2006. *Buku Saku Dokter Keluarga edisi 3*. EGC. Jakarta
6. Jaelani. 2009. *Aromaterapi*. Pustaka Populer Obor. Jakarta
7. Jain, R. 2011. *Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah*. Gramedia. Jakarta
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta
9. Kenia, N. M., Dian, T. 2013. Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Mawar) terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. Kediri
10. Kim, M., Yun, J. K. 2010. *International Journal of Advanced Science and Technology*. Effects of Aroma Inhalation

on Blood Pressure, Pulse, Visual Analog Scale, and McNair Scale in Nursing Students Practicing Intravenous Injections at the First Time. Volume 23

11. Nursalam. 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Selemba Medika: Jakarta
12. Vitahealth. 2006. *Hipertensi*. Gramedia. Jakarta
13. Wahjudi, N. 2008. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik edisi 3*. EGC. Jakarta
14. Wahyuni, I. S. 2014. *Pengaruh Massase Ekstremitas dengan Aroma Terapi Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Kelurahan Grendeng Purwokerto*. Purwokerto
15. Walsh, M. E., Debra, R., Tisha, J. 2011. *Journal of Vascular Nursing*. Integrating Complementary and Alternative Medicine: Use of Essentials Oils in Hypertension Management. Volume 29 No. 2

