

PROGRAM EVIDENCE BASED NURSING (EBN)

**PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI
DESA SEPABATU KECAMATAN TINAMBUNG KABUPATEN
POLEWALI MANDAR**



DI SUSUN OLEH

IKBAL, S.Kep

B0322707

PROGRAM STUDI PROFESI NERS

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS SULAWESI BARAT

2023

PROGRAM EVIDENCE BASED NURSING (EBN)

**PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA
SEPABATU KECAMATAN TINAMBUNG KABUPATEN POLEWALI
MANDAR**



Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Ners

IKBAL, S.Kep

B0322707

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS SULAWESI BARAT**

2023

**PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI DESA SEPABATU KECAMATAN TINAMBUNG
KABUPATEN POLEWALI MANDAR**

Ikbal¹, Muzakkir², Erviana³

¹Mahasiswa Profesi Ners Universitas Sulawesi Barat, ²Dosen Keperawatan

Universitas Sulawesi Barat

E-mail: ikbal117@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Tekanan darah tinggi, atau disebut dengan hipertensi, merupakan salah satu dari sekian banyak masalah kesehatan di Indonesia. Karena tidak ada gejala konvensional atau indikasi peringatan hipertensi, kondisi ini dikenal sebagai "*silent killer*" karena pasien tidak dapat mendeteksinya. Hipertensi atau disebut juga dengan tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg dan tekanan darah diastoliknya sedikitnya 90 mmHg faktor yang tidak dapat diubah yang meningkatkan risiko tekanan darah tinggi termasuk jenis kelamin, usia, dan riwayat keluarga genetik (Kemenkes, 2019). **Tujuan:** dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *pretest and posttest* pra-eksperimen dimana pengukuran tekanan darah dilakukan dua kali sebelum diberikan aromaterapi lavender (*pretest*) dan setelah diberikan aromaterapi lavender (*posttest*). Populasi penelitian ini adalah penderita hipertensi *esensial* di Desa Sepabatu Kecamatan Tinambung Kabupaten Polewali Mandar tahun 2023 yaitu sebanyak 7 penderita. **Hasil:** Berdasarkan hasil analisis bahwa hasil perlakuan didapatkan karakteristik responden dalam penerapan EBN pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Jumlah responden sebanyak 7 orang, dimana 5 responden (71,42%) mengalami hipertensi tingkat I dan responden yang mengalami hipertensi tingkat II sebanyak 2 responden (28,57%). Setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender tingkat hipertensi responden menurun yaitu normal sebanyak 1 responden (14,28%), prahipertensi sebanyak 2 responden (28,57%), sedangkan yang turun menjadi hipertensi tingkat I sebanyak 4 responden (57,14%), setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender sudah tidak ada responden yang mengalami hipertensi tingkat II. **Kesimpulan:** Dari hasil analisis sebelum pemberian aromaterapi lavender mayoritas responden pada kategori hipertensi tingkat I. Dan dari hasil analisis terkait dengan pemberian aromaterapi lavender ada pengaruh pada tekanan darah sesudah dilakukan perlakuan minoritas responden pada kategori prahipertensi.

Kata Kunci: (Aromaterapi Lavender) dan (tekanan darah).

THE EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION IN SEPABATU VILLAGE TINAMBUNG DISTRICT POLEWALI MANDAR DISTRICT

Ikbal¹, Muzakkir², Erviana³

¹Nursing Professional Student at the University of West Sulawesi, ²Nursing Lecturers

West Sulawesi University

E-mail: ikbal117@gmail.com

ABSTRACT

Background: High blood pressure, or known as hypertension, is one of the many health problems in Indonesia. Because there are no conventional symptoms or warning indications of hypertension, this condition is known as the "silent killer" because patients cannot detect it. Hypertension or also called high blood pressure is a condition where the systolic blood pressure is at least 140 mmHg and the diastolic blood pressure is at least 90 mmHg. Unmodifiable factors that increase the risk of high blood pressure include gender, age, and family history (genetics) (Ministry of Health, 2019).

Purpose: of this study was to determine the effect of giving lavender aromatherapy to reducing blood pressure in elderly people with hypertension. **Methods:** This study used a pretest and posttest pre-experimental design in which blood pressure was measured twice before being given lavender aromatherapy (pretest) and after being given lavender aromatherapy (posttest). The population of this study were essential hypertension sufferers in Sepabatu Village, Tinambung District, Polewali Mandar Regency in 2023, namely 7 sufferers. While the sample used in this research is purposive sampling. **Results:** Based on the results of the analysis that the results of the treatment obtained the characteristics of respondents in the application of EBN the effect of lavender aromatherapy on reducing blood pressure in the elderly. The number of respondents was 7 people, of which 5 respondents (71.42%) had grade I hypertension and 2 respondents (28.57%) had grade II hypertension. After being given lavender aromatherapy intervention, the respondent's hypertension level decreased, namely normal by 1 respondent (14.28%), prehypertension by 2 respondents (28.57%), while those who decreased to level I hypertension were 4 respondents (57.14%), after given lavender aromatherapy, there were no respondents who had level II hypertension. **Conclusion:** From the results of the analysis before giving lavender aromatherapy, the majority of respondents were in the level I hypertension category. And from the results of the analysis related to giving lavender aromatherapy, there was an effect on blood pressure after treatment, a minority of respondents were in the prehypertension category.

Keywords: (Lavender aromatherapy) AND (blood pressure).

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bertambahnya umur diikuti dengan penurunan fungsi fisiologis akibat proses degeneratif (penuaan), sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada lansia. Penyakit tidak menular pada lansia di antaranya hipertensi, stroke, diabetes melitus dan radang sendi atau rematik. Salah satu penyakit degeneratif yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi adalah tekanan darah tinggi (Kemenkes RI, 2020).

Salah satu masalah kesehatan pada lanjut usia yang 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, 2018). Tekanan darah tinggi 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. Tekanan darah tinggi sering tidak menunjukkan gejala, sehingga baru disadari bila telah menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung atau stroke (Depkes RI, 2019).

Tekanan darah tinggi, atau disebut dengan hipertensi, merupakan salah satu dari sekian banyak masalah kesehatan di Indonesia. Karena tidak ada gejala konvensional atau indikasi peringatan hipertensi, kondisi ini dikenal sebagai "*silent killer*" karena pasien tidak dapat mendeteksinya. Hipertensi atau disebut juga dengan tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg dan tekanan darah diastoliknyanya sedikitnya 90 mmHg. Faktor yang tidak dapat diubah yang meningkatkan risiko tekanan darah tinggi termasuk jenis kelamin, usia, dan riwayat keluarga (genetik) (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, penyakit ini menyerang 22% penduduk dunia. Di Asia tenggara, angka kejadian hipertensi mencapai 36%. Sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang

hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2020).

Dari hasil riskesdas yang terbaru tahun 2018 di Indonesia prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34,1%, angka ini meningkat cukup tinggi dibandingkan hasil riskesdas tahun 2013 yang menyampaikan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas adalah 25,8%, sedangkan prevalensi hipertensi menurut provinsi di Indonesia terdapat 8 provinsi yang kasus penderita hipertensi melebihi rata-rata nasional yaitu: Sulawesi Selatan 27%, Sumatra Barat 27%, Jawa Barat 26%, Jawa Timur 25%, Sumatra Utara 24%, Riau 23%, dan Kalimantan Timur 22% (Kemenkes, 2018).

Dari angka hipertensi Provinsi Sulawesi Barat berada pada kategori tertinggi dengan angka (54,5%), (Kemenkes 2022). Sementara prevalensi penderita hipertensi di Kabupaten Polewali Mandar sebesar 30.155 jiwa (Dinkes Polman 2018). Wilayah kerja Puskesmas Tinambung pada tahun 2023 didapatkan data bahwa penderita hipertensi yaitu sebanyak 2098 kasus sedangkan di Desa Sepabatu kecamatan Tinambung di dapatkan yaitu sebanyak 83 kasus penderita hipertensi pada lansia dan penderita aktif mengikuti kegiatan prolanis sebanyak 76 orang (Puskesmas Tinambung, 2023).

Pasien yang menderita hipertensi akan menunjukkan beberapa gejala sebagai manifestasi dari penyakit hipertensi. Gejala yang dialami oleh penderita tekanan darah tinggi seperti sulit tidur, sakit kepala, mual, dan muntah, napas sesak, pandangan buram, dan gelisah Anna & Bryan (2019). Menyebutkan jika gejala hipertensi tidak dikontrol dengan baik akan menyebabkan peningkatan resiko stroke tujuh kali lipat, peningkatan resiko gagal jantung kongestif enam kali, dan peningkatan resiko serangan jantung

tiga kali lipat menambahkan hipertensi menjadi penyebab utama seseorang menderita gagal ginjal kronik (Wahda, 2021).

Ada dua metode untuk mengobati komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi: metode farmakologis dan non-farmakologis. Obat antihipertensi digunakan sebagai bagian dari terapi farmakologis untuk mencegah masalah tekanan darah tinggi dengan efek samping yang sesedikit mungkin. Contoh obat antihipertensi yang umum diantaranya diuretik, alpha blocker, beta blocker, vasodilator, calcium channel blocker, penghambat ACE, dan penghambat *angiotensin II blocker* (Susilo & Wulandari, 2018). Sementara ini pengobatan non-farmakologis lebih menekankan perubahan pola makan dan perubahan *life-style* atau gaya hidup seperti mengurangi konsumsi garam, mengendalikan berat badan, mengurangi konsumsi kopi, membatasi konsumsi lemak, berolahraga teratur, menghindari stress, Serta melakukan terapi komplementer terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, akupunktur, akupresur, aromaterapi, reflesiologi dan bekam (Lukman *et al.*, 2020).

Aromaterapi adalah salah satu pengobatan komplementer yang menggunakan bahan berbentuk cairan yang terbuat dari tanaman dan mudah menguap, dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatik lainnya yang dapat mempengaruhi jiwa, emosi, fungsi kognitif, dan kesehatan seseorang. Salah satu *Essensial Oil* yang sering digunakan adalah aroma bunga lavender (*Lanvandula angustifolia*) (Rodríguez *et al*, 2019). Minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan aktif seperti *linalool*, *linalyl acetate*, *(Z)-β-Ocimene*, *terpinene-4-ol*, *3-Octanone*, *β- caryophyllene*, *lavandulyl acetate*, *3-Octanyl acetate*. Minyak lavender sebagian besar mengandung *linalool* dan *linalool asetat* dengan jumlah sekitar 30-60% dari total berat minyak *linalool* pada minyak lavender memiliki efek menenangkan dan memberikan perasaan positif pada tubuh (Wulansari, 2019).

Aromaterapi lavender yang dihirup melalui hidung akan membawa molekul aromatik masuk melalui rongga hidung lalu melewati sistem olfaktori implus diteruskan ke otak dan mencapai sistem limbik. Sistem limbik adalah

bagian otak yang berkaitan dengan suasana hati, emosi, memori, dan belajar. Setelah mencapai sistem limbik, bau tersebut selanjutnya akan diolah di hipotalamus. Respon bau yang dihasilkan mempengaruhi kerja sistem saraf otonom yang mengontrol gerakan involuter sistem pernapasan dan tekanan darah sehingga timbul keadaan rileks dan perasaan tenang, efek rileks pada tubuh akan membuat vasodilatasi pembuluh darah dan sirkulasi peredaran darah menjadi lancar (Ashar, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian (Maisi *et al*, 2018) aromaterapi lavender yang diberikan dengan menggunakan *difusser* yang di dalamnya telah berisikan campuran 5 tetes minyak lavender dan 20 ml air putih kepada lansia penderita hipertensi selama 10 menit memiliki hasil penurunan yang signifikan dengan *p-value* < 0,05. Terdapat perbedaan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik pada kelompok aromaterapi lavender sebesar 5,77 mmHg dengan kelompok kontrol sebesar 3,67 mmHg.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Sutrisno, (2020) pada kelompok perlakuan pemberian relaksasi aromaterapi 5 tetes minyak essensial lavender selama 10 menit dalam 3 hari, diperoleh hasil uji *Dependent T Test* diperoleh *p value* tekanan darah sistol dan diastol 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini berarti terdapat pengaruh relaksasi aromaterapi lavender terhadap tekanan darah sistolik maupun diastolik sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender pada penderita hipertensi.

Saat ini manajemen penurunan tekanan darah yang diterapkan pada pasien hipertensi yaitu dengan terapi nonfarmakologis. Pemberian aroma terapi lavender pada pasien hipertensi belum diterapkan, khususnya di desa sepa batu dusun para' sehingga penulis ingin mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti menuliskan rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah Ada Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia?”

1.3 Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengidentifikasi tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender.
- b. Untuk mengidentifikasi tekanan darah pada lansia hipertensi setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Bagi Penulis

Menambah pengalaman dan juga ilmu dan pengetahuan bagi penulis dan menjadi kepuasan tersendiri bagi peneliti dalam melaksanakan penelitiannya serta dapat mengaktualisasikan ilmu dan pengetahuan selama pendidikan.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi masukan dan menjadi referensi tambahan dalam kepustakaan sekaligus menjadi pedoman pembelajaran dibidang keperawatan medikal bedah.

c. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, masukan, dan pengetahuan tambahan terhadap petugas kesehatan dalam memberikan edukasi untuk menangani penderita hipertensi.

d. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan tambahan pengetahuan pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 karakteristik responden

Karakteristik Responden	N	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	1	14,28%
Perempuan	6	85,71%
Usia		
54 Tahun	1	14,28%
60 Tahun	1	14,28%
63 Tahun	2	28,57%
67 Tahun	1	14,28%
74 Tahun	1	14,28%
80 Tahun	1	14,28%
Hari Perawatan		
1-7 hari	7	100%

Dari pengumpulan data karakteristik responden dalam penerapan EBN pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Sepabatu Kecamatan Tinambung Kabupaten Polewali Mandar. Ditentukan jumlah responden sebanyak 7 orang dimana laki-laki berjumlah 1 orang (14,28%) dan perempuan sebanyak 6 orang (85,71%). Yang berusia 54 tahun sebanyak 1 orang, yang berusia 60 tahun 1 orang, kemudian yang berusia 63 tahun 2 orang, yang berusia 67 tahun 1 orang, yang berusia 74 tahun 1 orang dan yang berusia 80 tahun sebanyak 1 orang. Masing-masing dari responden yang dipilih mengidap hipertensi rata-rata hari pemberian intervensi dari 7 pasien yaitu selama 7 hari 100%.

5.2 Perbandingan Tekanan Darah

Tabel 2 perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi

Responden	Tekanan Darah	
	Hari ke-1 <i>Pretest</i>	Hari ke-7 <i>Posttest</i>
Ny. S	150/100 mmHg	140/90 mmHg
Ny. A	140/90 mmHg	110/90 mmHg
Ny. E	180/90 mmHg	140/80 mmHg
Ny. M	150/90 mmHg	130/90 mmHg
Ny. N	140/100 mmHg	130/80 mmHg
Tn. R	170/100 mmHg	150/90 mmHg
Ny. S	150/100 mmHg	140/90 mmHg

Pada tabel 2. Menunjukkan hasil tekanan darah pasien sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Tekanan darah sebelum diberikan intervensi 1 pasien yang mempunyai tekanan darah 180/90 mmHg, pasien yang mempunyai tekanan darah 170/100 mmHg sebanyak 1 orang, pasien yang mempunyai tekanan darah 150/100 mmHg sebanyak 2 orang, pasien yang mempunyai tekanan darah 150/90 mmHg sebanyak 1 orang, pasien yang mempunyai tekanan darah 140/100 mmHg sebanyak 1 orang, pasien yang mempunyai tekanan darah 140/90 mmHg sebanyak 1 orang. Dari data diatas menunjukkan bahwa setelah tindakan pemberian aromaterapi lavender pada semua pasien yang menderita hipertensi dapat diselesaikan, sehingga penderita hipertensi setelah menghirup aromaterapi lavender mengalami penurunan tekanan darah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zarastika yang menyatakan bahwa pemberian aromaterapi lavender memiliki efek yang lebih besar dalam

menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Hal ini disebabkan oleh kandungan yang terdapat di dalam minyak aromaterapi lavender yaitu *linalool aasetat* yang memberikan efek ketenangan dan rileks (Zarastika, 2018). Berdasarkan hasil penelitian Suidah, Murtiyani, Fibriana, Kushayati & Lestari, didapatkan data bahwa setelah dilakukan terapi inhalasi menggunakan aromaterapi lavender selama 10 menit dalam 7 hari dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, hal ini di karenakan inhalasi dengan aromaterapi bekerja melalui difusi udara yang menstimulasi sel saraf olfaktorius (Suidah, *et al*, 2018).

Adapun hasil dari penelitian lain yang dilakukan oleh Diah Ayu Oktariani, berdasarkan hasil penelitian pada kelompok perlakuan diberikan aromaterapi lavender menggunakan *difusser* berisi 5 tetes minyak *essential* lavender dan 20 ml air selama 15 menit. Diperoleh hasil penelitian ini menunjukkan tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan dan kontrol menggunakan uji *Mann- Withney* diketahui *p value* 0,001 dan tekanan darah diastolik kelompok perlakuan dan kontrol menunjukkan *p value* 0,003 dimana nilai $p < \alpha$ 0,05 menunjukkan bahwa nilai P tekanan darah sistolik dan diastolik lebih kecil dari 0,05. Bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi (Diah, 2021).

5.3 Analisis Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Sepabatu Kecamatan Tinambung Kabupaten Polewali Mandar

Tabel 3. Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah

Karakteristik	Pre		Post	
	N	%	N	%
Normal	-		1	14,28
Pra-hipertensi	-		2	28,57
Hipertensi Tingkat I	5	71,42	4	57,14
Hipertensi Tingkat II	2	28,57	-	

Dari pengumpulan data yang dilakukan didapatkan karakteristik responden dalam penerapan EBN pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Jumlah responden sebanyak 7 orang, dimana 5 responden (71,42%) mengalami hipertensi tingkat I dan responden yang mengalami hipertensi tingkat II sebanyak 2 responden (28,57%). Setelah diberikan intervensi aromaterapi lavender tingkat hipertensi responden menurun yaitu normal sebanyak 1 responden (14,28%), prahipertensi sebanyak 2 responden (28,57%), sedangkan yang turun menjadi hipertensi tingkat I sebanyak 4 responden (57,14%), setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender sudah tidak ada responden yang mengalami hipertensi tingkat II. Dari data diatas dapat digambarkan bahwa setelah dilakukan tindakan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia semua responden yang mengalami tekanan darah tinggi terjadi penurunan tekanan darah, dalam artian bahwa responden dapat mengalami perubahan tekanan darah yang baik setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender. Hal ini berarti bahwa aromaterapi lavender efektif untuk membantu pasien dalam mengatasi masalah hipertensi.

Setelah pemberian aromaterapi lavender perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian pada pasien hipertensi dengan hasil yang menunjukkan adanya perubahan pada pasien. Pasien mengatakan setelah menghirup aromaterapi lavender, ia merasakan lebih rileks dan perasaan yang dirasakan lebih tenang dari sebelumnya, hasil penelitian menunjukkan tekanan darah sebelum diberikan aromaterapi lavender dan sesudah diberikan aromaterapi lavender diperoleh hasil rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 164,70 mmhg dan tekanan darah diastolik sebesar 90,03 mmhg. Sedangkan nilai rata-rata setelah pasien diberikan aromaterapi diperoleh hasil rata-rata tekanan darah sebesar 157,30 mmhg dan tekanan darah diastolik 92,18 mmhg (Wulan *et al*, 2019).

5.4 Pembahasan

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil perlakuan pada responden mayoritas berjenis kelamin perempuan yang menderita hipertensi di Desa Sepabatu sebanyak 6 responden, karna pada usia menopause terjadi penurunan produksi hormon estrogen yang berfungsi untuk keseimbangan elastisitas pembuluh darah melindungi perempuan dari penyakit kardiovaskuler sehingga rentan terkena hipertensi. Pada hasil penerapan di dapatkan rata-rata usia responden 54-80 tahun dengan usia termuda responden adalah 54 tahun sedangkan usia tertua adalah 80 tahun. Dimana semakin bertambahnya usia maka akan menyebabkan penurunan fungsi organ salah satunya jantung yang dimana dengan bertambahnya usia pembuluh darah akan mengalami kekakuan dan penurunan otot vaskulerisasi untuk memompa jantung. Karena hal tersebut menyebabkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah keseluruh tubuh yang dapat memicu peningkatan tekanan darah. Penelitian yang dilakukan oleh Wulansari, juga sejalan dengan dengan perlakuan ini dengan penderita hipertensi terbanyak berada di usia >51-80 tahun (Wulansari, 2018).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Rana, juga sejalan dengan perlakuan ini dimana prevalensi hipertensi di negara israel banyak dialami

dengan usia 45-70 tahun yang mengalami hipertensi (Rana *et al*, 2020). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kejadian yang sering dialami oleh orang dewasa dan lanjut usia. Semakin bertambahnya usia maka fungsi fisiologis tubuh mengalami penurunan karena adanya proses degeneratif yang terjadi pada manusia (Aronow, 2020). Seiring bertambahnya usia, dinding aorta dan arteri akan mengalami proses arteriosklerosis, dimana pembuluh darah akan menjadi kaku sehingga menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi (Schiffrin *et al.*, 2020). Maka dari itu usia merupakan salah satu faktor resiko yang dapat mempengaruhi tekanan darah pada seseorang (Rubattu, 2021).

b. Perbandingan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Tekanan darah sistolik pada hasil perlakuan didapatkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender yaitu 140/90 mmHg sampai 180/90 mmHg, tekanan darah sistolik *pre-test* tertinggi 180/90 mmHg dan terendah 140/90 mmHg. Setelah dilakukan intervensi aromaterapi lavender rata-rata tekanan darah sistolik terendah yaitu 110/90 mmHg dan paling tertinggi 150/90 mmHg. Hasil perlakuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rambod terdapat perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi yang pada awalnya tekanan darah sistolik sebelum pemberian aromaterapi adalah 160 mmHg menjadi 140 mmHg setelah dilakukan intervensi selama 7 hari (Rambod *et al.*, 2020).

Tekanan darah diastolik diketahui rata-rata tekanan darah pada responden perlakuan sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender 90 sampai 100 mmHg, dan diketahui bahwa rerata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan 80 sampai 90 mmHg. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Silalah, yang didapatkan perbedaan tekanan darah sebelum intervensi dan sesudah intervensi yang signifikan. Perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik sebanyak 10 mmHg dimana pada awalnya rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan 92,40 mmHg menjadi 81,80 mmHg (Silalah *et al.*, 2020). Penelitian Rini juga sejalan dengan

penelitian ini dimana terdapat perbedaan yang signifikan pada tekanan darah diastolik perlakuan pada responden (Rini, 2020). Menurut peneliti adanya perbedaan pada tekanan darah sistolik dan diastolik *pre-test post-test* pada responden perlakuan dikarenakan adanya pengaruh pemberian relaksasi aromaterapi lavender. Dalam kondisi tersebut seseorang merasakan rileks dan ketegangan berkurang, serta dapat mengontrol diri ketika terjadi rasa ketegangan dan stress yang membuat seseorang merasa tidak nyaman.

c. Analisis Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Sepabatu Kecamatan Tinambung Kabupaten Polewali Mandar

Hasil intervensi didapatkan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum pemberian aromaterapi lavender memiliki distribusi data yang tidak normal, dan setelah pemberian aromaterapi lavender pada responden terjadi perubahan tekanan darah. Hasil perlakuan ini sejalan dengan penelitian Rezita (2018), dimana dari hasil perlakuan pemberian aromaterapi lavender terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian aromaterapi terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi.

Menurut peneliti aromaterapi lavender bisa digunakan untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi karena aromaterapi lavender menggunakan minyak *esensial* bunga lavender yang memiliki kandungan *linalool* dan *linalol acetat* yang akan mempengaruhi sistem limbik dan memberikan efek menenangkan saat dilakukan intervensi.

Aromaterapi Lavender bekerja dengan cara merangsang saraf-saraf penciuman yang mampu mempengaruhi kerja sistem limbik dihipotalamus untuk mengontrol pikiran dan emosi sehingga menghasilkan efek relaksasi. Dari efek relaksasi dapat merangsang sistem kerja saraf manusia yang terdiri dari sistem saraf simpatis dan parasimpatis untuk menghasilkan molekul Nitrat Oksida (NO), molekul tersebut bekerja pada tonus otot

pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah. Keadaan rileks mampu mempengaruhi pembuluh darah yang memicu terjadinya vasodilatasi sehingga jantung tidak perlu bekerja lebih keras untuk memompa darah mengakibatkan sirkulasi darah menjadi lancar dan suplai oksigen ke seluruh tubuh maksimal sehingga tekanan darah dapat menurun (Hanifah, 2020).

Berdasarkan hasil perlakuan aromaterapi lavender pada lansia yang mengalami hipertensi di Desa Sepabatu Kecamatan Tinambung Kabupaten Polewali Mandar, terdapat perbedaan tekanan darah responden satu dengan yang lainnya karena dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah. Pada beberapa pasien mengatakan pernah mengkonsumsi obat hipertensi sebelumnya dan pada lansia yang mengkonsumsi obat hipertensi mengatakan bahwa mereka tidak mengkonsumsi obat secara teratur, sebelum peneliti melakukan intervensi peneliti mengarahkan responden untuk menghentikan mengkonsumsi obat hipertensi selama pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari. Adapun faktor lain yang mempengaruhi terjadinya perbedaan tekanan darah yaitu beberapa lansia juga mengatakan sering mengkonsumsi makanan yang tinggi garam atau natrium klorida dan makanan cepat saji diantaranya adalah ikan asin, ayam goreng, kentang goreng dan jajanan dari luar seperti makanan yang berlemak nasi kari santan dan kopi atau minuman berkafein . Serta dipengaruhi juga dari kurangnya kepatuhan responden terhadap pelaksanaan intervensi aromaterapi seperti pasien kurang rileks, kurang konsentrasi, serta mood pasien yang dimana kadang berubah-ubah karena banyak pikiran dari faktor ekonomi dan dalam rumah tangga sehingga hal inilah yang mempengaruhi terjadinya perbedaan tekanan darah pasien hipertensi.

5.5 Keterbatasan Dan Hambatan

Pelaksanaan intervensi yang dilakukan oleh peneliti di Desa Sepabatu Kecamatan Tinambung Kabupaten Polewali Mandar keterbatasan dan hambatan yang peneliti alami yaitu aromaterapi lavender merupakan hal yang baru bagi responden sehingga peneliti harus menjelaskan dengan

sebaik mungkin sehingga responden paham manfaat aromaterapi lavender dan bersedia diberi aromaterapi lavender perlakuan selama 7 hari dalam setiap hari 1 kali kunjungan. Ruangan yang digunakan adalah harus ruangan tertutup sehingga memungkinkan untuk penguapan lavender. Dan pada saat pelaksanaan intervensi ialah sebagian responden ada yang bekerja diwarung dan dikebun jadi hanya beberapa responden yang tidak bekerja yang bisa diberikan intervensi pada pagi hari, dan pada responden yang bekerja bisa diberikan intervensi di waktu sore sepulang kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Anna Palmer dan Bryan Williams. (2018). *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga.
- Asta, R. (2018). Pengaruh Aromaterapi Lavender dan Hand Massage Dalam menurunkan Kecemasan, Tekanan Darah, dan Kortisol Pada Pasien Hipertensi.
- Ashar, S. (2018). Perbandingan Antara Pemberian Aromaterapi Mawar Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Wanita Lansia Di Puskesmas Pagatan Tanah Bumbu. 9(2), 567–581.
- Anton. (2022). Aromaterapi Lavender Sebagai Salah Satu Intervensi Komplementer Relaksasi. Rumah Sakit Paru Respirasi. <https://rsprespira.jogjaprovo.go.id/aromaterapi-lavender-sebagai-salah-satu-intervensi-komplementer-relaksasi/#:~:text=Kandungan utama dari bunga lavender,efek anti cemas atau relaksan.>
- Adzanri. (2018). Peran Advokasi Perawat Dalam Pelayanan Kesehatan dan Pelayanan Gawat Darurat. Adzanri.Com. <https://www.adzanri.com/2018/03/peran-advokasi-perawat-dalam-pelayanan.html> di akses 20/05/2023.
- Abdhul. (2022). Peran Perawat yang Wajib Diketahui! *Deepublish Store*. <https://deepublishstore.com/blog/peran-perawat/>Akses.20/05/2023.
- Agustina, S., Sari, S. M., & Savita, R. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(4), 180–186.
- Aronow, W. S. (2020). *Managing Hypertension in the elderly: What's new? American Journal of Preventive Cardiology*, 1, 100001. <https://doi.org/10.1016/j.ajpc.2020.100001>.
- Alimansur, M., & Anwar, M. C. (2019). Efek Relaksasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 74. <https://doi.org/10.32831/jik.v2i1.31>.
- Bagus Gama. (2019). *Buku Ajar Anatomi Fisiologi: untuk mahasiswa APIKES – Semester 1 (Febriana Intan, Ed.)*. Diambil dari https://books.google.co.id/books?id=OdScDwAAQBAJ&dq=anatomi+fisiologi+pen+ciuman&hl=id&source=gbs_navlinks_s.

- Burnier, M., & Egan, B. M. (2019). *Adherence in Hypertension: A Review of Prevalence, Risk Factors, Impact, and Management*. *Circulation Research*, 124(7), 1124–1140. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.118.313220>.
- Bukit. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kunjungan Posyandu Lansia Di Puskesmas Tenayan Raya Pekanbaru Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan*.
- Canggra, M., & Dewi, A. K. (2021). Gambaran Gejala Sindrom Genitourinaria pada Perempuan Pasca Menopause di Panti Werdha Wisma Mulia dan Panti Werdha Berea Jakarta Barat. *Tarumanagara Medical Journal*, 3(2), 344–349.
- Darlis, A. M., & Morizka, O. (2018). Pelaksanaan Bimbingan Keagamaan Dalam Meningkatkan Keterampilan Menemukan Makna Hidup Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan*, 2(2), 1–15.
- Diah Ayu. Oktariani,.(2021). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Alang – Alang Lebaar Palembang Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Palembang.
- Depkes (2017) Sebagian Besar Penderita Hipertensi tidak Menyadarinya, Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat,Kementerian Kesehatan RI.
- Dinkes Kabupaten Polman (2018). Profil Kesehatan Kabupaten Polewali Mandar. Dinas Kesehatan Kabupaten Polewali Mandar.
- Depkes. (2019). Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Masalah Hipertensi di Indonesia. Jakarta.
- Elfianis. (2020). Klasifikasi dan Morfologi Tanaman Bunga Lavender. <https://agrotek.id/klasifikasi-dan-morfologi-tanaman-bunga-lavender/> akses 27/05/2023.
- Farbiszewski, R., & Krancc, R. (2018). <https://doi.org/10.1016/j.poamed.2013.02.002>.
- Hidayatullah, T. H. (2017). Pengaruh Olah Nafas Dan Olah Gerak Dengan Metode Lafidzi Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Blitar. Malang: University of Muhammadiyah Malang.

- Hanifah. (2020). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi [Universitas Muhammadiyah Semarang]. <http://repository.unimus.ac.id/4423/>.
- Jumanta. (2019). Buku Pintar: Tumbuhan. Diambil dari [https://books.google.co.id/books?id=_920DwAAQBAJ&dq=aromaterapi+lavender &hl=id&source=gbs_navlinks_s](https://books.google.co.id/books?id=_920DwAAQBAJ&dq=aromaterapi+lavender&hl=id&source=gbs_navlinks_s)
- Jain, J. (2018). Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah Oleh dr. Ritu Jain. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Lukman, Putra, S. A., Habiburrahma, E., Wicaturatmashudi, S., Sulistini, R., & Agustin, I. (2020). Pijat Refleksi Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Atgf 8 Palembang. *Bahana of Journal Public Health*, 4(1), 5–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.35910/jbkm.v4i1.238> 2020.
- Lukman. (2020). Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. *Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 6(2).
- Kemenkes. (2019). Cegah Hipertensi, Kenali Gejala dan Bagaimana Mengatasinya.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia. Jakarta.
- Kemenkes. (2022). Angka hipertensi Provinsi Sulawesi Barat https://e-renggar.kemkes.go.id/file_performance/2-340039-2tahunan-065.pdf.
- Kemenkes. (2018). klasifikasi hipertensi - direktorat p2ptm. <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/24/klasifikasi-hipertensi>.
- Kurnia, R. (2019). Pengaruh Senam Terhadap Keluhan Muskuloskeletal Pada Lansia. *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 137–140.
- Kartika, M., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas rawang kota sungai penuh tahun 2020 Berdasarkan data *World Health Puskesmas Rawang merupakan*. 5(1), 1–9.
- Maisi, S., Suryono, S., Widyawati, M. N., Suwondo, A., & Kusworowulan, S. (2018). *Effectiveness of Lavender Aromatherapy and Classical Music Therapy in Lowering Blood Pressure in Pregnant Women With*

Hypertension. Belitung Nursing Journal, 3(6), 750–756.
<https://doi.org/10.33546/bnj.301>.

Manurung, N. (2018). Keperawatan Medikal Bedah-Konsep Mind Mapping dan NANDA NIC NOC. Trans Info Media.

Masithoh, A. R. (2020). Terapi Pelatihan Keterampilan Sosial Untuk Mengatasi Kesepian Pada Lansia. Kudus: Mu Press.

Moral, E., Delgado, J. L., Carmona, F., Caballero, B., Guillán, C., González, P. M., ... Nieto, C. (2018). *Genitourinary syndrome of menopause. Prevalence and quality of life in Spanish postmenopausal women. The GENISSE study. Climacteric*, 21(2), 167–173.

Mayasari Rahmadhani. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada masyarakat di kampung bedagai kota pinang the factors that affecting hypertension in bedagai village , kota pinang society pendahuluan Hipertensi merupakan manifestasi dari gangguan keseimbangan h. *Kedokteran STM*, IV(I), 52–62.
<https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/132/77>.

Meliana. (2021). Faktor Risiko Usia Jenis Kelamin dan Obesitas dengan Kejadian Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari. Politeknik Kesehatan Kendari. [http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/2216/1/Naskah Publikasi Meliana 1a.pdf](http://repository.poltekkes-kdi.ac.id/2216/1/Naskah%20Publikasi%20Meliana%201a.pdf).

Muttaqin, A. (2020). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular dan Hematologi. Jakarta: Salemba Medika.

Nugrahaeni Ardhina. (2020). Pengantar Anatomi Fisiologi Manusia . Diambil dari [https://books.google.co.id/books?id=D9fyDwAAQBAJ&dq=fisiologis+pe
nciuman &hl=id&source=gbs_navlinks_s](https://books.google.co.id/books?id=D9fyDwAAQBAJ&dq=fisiologis+pe+nciuman&hl=id&source=gbs_navlinks_s).

Nopriyanti. (2023). Peran Perawat dalam Pelayanan Kesehatan. Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. <https://dinkes.babelprov.go.id/content/peran-perawat-dalam-pelayanan-kesehatan>.

Putri Dewi, N. R. (2019). Terapi Komplementer Konsep Dan Aplikasi Dalam Keperawatan. Yogyakarta: PT.Pustaka Baru.

Puskesmas Tinambung. (2023). Puskesmas Tinambung Kabupaten Polewali Provinsi Sulawesi Barat.

- Ramadhani, N. E., Komalawati, R., & Daris, H. (2021). Hubungan Tingkat Spiritual dengan Kejadian Depresi pada Lansia di Dusun Tambakromo V Desa Tambakromo Kecamatan Geneng Kabupaten Ngawi. *Caraka Medika*, 8(2), 34–39.
- Rixie. (2019). Penerapan Posyandu Lansia di Lingkungan Pedesaan. *Jurnal Kesehatan*.
- Rambod, M., Rakhshan, M., Tohidinik, S., & Nikoo, M. H. (2020). *The effect of lemon inhalation aromatherapy on blood pressure, electrocardiogram changes, and anxiety in acute myocardial infarction patients: A clinical, multi-centered, assessor-blinded trial design. Complementary Therapies in Clinical Practice*, 39(October 2019), 101155. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101155>.
- Rubattu, S. (2021). *Strategies to improve blood pressure control: A step forward to winning the battle. In International Journal of Cardiology: Hypertension (Vol. 8, p. 100070). Elsevier B.V.* <https://doi.org/10.1016/j.ijchy.2020.100070>.
- Rohayati, A. D. (2018). Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Ny. P dengan Arthritis Rheumatoid di Wilayah Kerja Puskesmas Melur Kota Pekanbaru. Riau: Poltekkes Kemenkes Riau. Retrieved fro.
- Rana, J., Oldroyd, J., Islam, M. M., Tarazona-Meza, C. E., & Islam, R. M. (2020). *Prevalence of hypertension and controlled hypertension among United States adults: Evidence from NHANES 2017-18 survey. International Journal of Cardiology: Hypertension*, 48(4), 339–346. <https://doi.org/10.1016/j.ijchy.2020.100061>.
- Rini, R. A. P. (2020). Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Hand Massage Terhadap Perubahan Kecemasan, Tekanan Darah dan Kortisol pada Pasien Hipertensi. *Journal of Health Research "Forikes Voice,"* 11(April), 178–182. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sfl1217>.
- Rezita, Y. L. (2018). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2018 [Universitas Andalas]. <http://scholar.unand.ac.id/322/>.
- Rodríguez, R., Pérez-Hernández, M. G., Maturano-Melgoza, J. A., Hilerio-López, G., Monroy-Rojas, A., Arana-Gómez, B., & Vásquez, C. (2019). *The effect*

of aromatherapy with lavender (Lavandula angustifolia) on serum melatonin levels. Complementary Therapies in Medicine, 47.
<https://doi.org/10.1016/j.ctim.2019.102208>.

- Senjaya, A. A. (2019). Gigi lansia. *Jurnal Skala Husada: The Journal of Health, 13*(1).
- Susilo, y., & ari wulandari, w. (2018). *cara jitu mengatasi darah tinggi (hipertensi)/yekti susilo,ari wulandari;editor : westriningsih. | dinas perpustakaan dan arsip daerah diy.* <http://balaiyanpus.jogjaprovo.go.id/opac/detail-opac?id=10666>.
- Sitorus, M., & Malinti, E. (2019). Aktivitas Fisik Dan Konstipasi Pada Lansia Advent Di Bandung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 14*(4), 381–384.
- Silalah, K. L., Ariga, F. A., & Siregar, P. S. (2020). Pengaruh Aromaterapi Kenanga (*Cananga orodata*) Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Priority, 3*(2), 101–108. <https://doi.org/https://doi.org/10.34012/jukep.v3i2.1145>.
- Schiffirin, E. L., Flack, J. M., Ito, S., Muntner, P., & Webb, R. C. (2020). *Hypertension and COVID-19. American Journal of Hypertension, 33*(5), 373–374. <https://doi.org/10.1093/ajh/hpaa057>.
- Sinaga, A. F., Syahlan, N., Siregar, S. M., Sofi, S., Zega, S., Rusdi, A., Dila, T. A., Ilmu, D., Fakultas, M., Masyarakat, K., Islam, U., Sumatera, N., Medan, K., Fakultas, M., Masyarakat, K., Islam, U., Sumatera, N., & Medan, K. (2022). Faktor - faktor yang menyebabkan hipertensi di kelurahan medan tenggara. *Kesehatan Masyarakat, 10*, 136–147. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32252>.
- Sari, Y. N. I. (Ed.). (2018). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Shaleha, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Minyak Kenanga Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi DI Desa Sebusus Kecamatan Paloh Kabupaten Sambas [Universitas Tanjungpura Pontianak]. <https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.26418/jpn.v3i1.18832>.
- Sutrisno Christina Nur Widayati Ika Putri Rahmawati. (2021). *Pengaruh Pemberian Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Dusun Pengkol, Desa Depok, Kecamatan TOROH. 6*(1).<https://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCNers/article/view/266/282>.

- Septianty Lisa, Nurfiyanti Ariana, B. I. (2020). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Terhadap Pengukuran Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Tangjungpura. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Suidah, H., Murtiyani, N., Fibriana, L. P., Kushayati, N., & Lestari, Y. A. (2018). *The Effectiveness of Lavender Aromatherapy In Changing Blood Pressure In Middle Age With Primary Hypertension In Mojokerto Regency Of East Java Province. Advances in Social Sciences Research Journal*, 5(3) 19-26. DoI:10.14738/assrj.53.4114.
- Telaumbanua. (2019). Peran Perawat Sebagai Advokat Pasien Dalam Pemberian Asuhan Keperawatan di Pelayanan Kesehatan [Universitas Sumatera Utara Medan]. <https://osf.io/njwr2/download/?format=pdf>.
- Tandirerung, F. J., Male, H. D. C., & Mutiarasari, D. (2019). Hubungan indeks massa tubuh terhadap gangguan muskuloskeletal pada pasien pralansia dan lansia di Puskesmas Kamonji Palu. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 5(2), 1–71.
- Vania rossa, f. i. p. (2020). *mana yang lebih berisiko hipertensi, perempuan atau laki-laki?* <https://www.suara.com/health/2020/05/14/092717/mana-yang-lebih-berisiko-hipertensi-perempuan-atau-laki-laki>.
- Wulan, E. S. N. W. (2019). Perubahan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma Terapi Lavender Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kabupaten Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat STIKESCendekia Utama Kudus, Vol. 7, No.* <https://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/stikes/article/view/209/15>
- Wahyuningsih, w., & astuti, e. (2018). faktor yang mempengaruhi hipertensi pada usia lanjut. *jurnal ners dan kebidanan indonesia*, 1(3), 71. [https://doi.org/10.21927/jnki.2013.1\(3\).71-75](https://doi.org/10.21927/jnki.2013.1(3).71-75).
- Wulansari, R. D. R. (2019). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/107%0A>.
- Wahyuni Dwi, Ekasari Wiwied, Witono Joko, P. H. (2018). Toga Indonesia. Diambil dari https://books.google.co.id/books?id=guZwDwAAQBAJ&dq=kandungan+aromatera+pi+lavender&hl=id&source=gbs_navlinks_s.
- World Health Organization (WHO). The World Health Statistics 2020.
- WHO. (2022). hipertensi menurut who, faktor risiko, dan pencegahannya |

lifepack.id. <https://lifepack.id/mengenal-hipertensi-menurut-who-faktor-risiko-dan-pencegahannya/>.

- Wahjudi, N. (2018). Keperawatan Gerontik & Geriatrik edisi 3. EGC. Jakarta
- Wirenviona, R., Riris, A. A. I. . C., Susanti, N. F., Wahidah, N. J., Kustantina, A. Z., & Joewono, H. T. (2021). Kesehatan Reproduksi dan Tumbuh Kembang Janin sampai Lansia pada Perempuan. Surabaya: *Airlangga University Press*.
- Wahab, Solichin. (2019). Analisis Kebijakan dari Formulasi ke Implementasi Kebijakan Negara. Jakarta: Bumi Aksara.
- Waenly M, Jeini E, A. A. (2019). Faktor-Faktor Risiko Hipertensi Yang Berperan di Rumah Sakit Robert Wolter Mongisidi. *E-Clinic*, 7, 119–125. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/eclinic/article/view/26569/26191>.
- Yunianingrum, E. (2018). Pengaruh Kompres Hangat Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren As Salafiyah Dan Pondok Pesantren Ash-Sholihah Sleman. Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Zarastika, R. (2018). Perbandingan efektivitas terapi rendam kaki air hangat dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi Jurnal Ilmiah.