

**KARYA TULIS ILMIAH  
STUDI LITERATUR**

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI DALAM MENURUNKAN  
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN  
MASALAH PENURUNAN CURAH JANTUNG**



**AZI SURYA KURNIAWAN**

**1810033030**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MULAWARMAN**

**2021**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**STUDI LITERATUR**

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI DALAM MENURUNKAN  
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN  
MASALAH PENURUNAN CURAH JANTUNG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya  
Keperawatan



**AZI SURYA KURNIAWAN**  
**1810033030**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MULAWARMAN**  
**2021**

**LEMBAR PERSETUJUAN**


**STUDI LITERATUR  
EFEKTIVITAS AROMATERAPI DALAM MENURUNKAN TEKANAN  
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH  
PENURUNAN CURAH JANTUNG**

Di ajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna meraih gelar  
Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)

Oleh :


Azi Surya Kurniawan  
1810033030

Menyetujui  
Pembimbing



Ns. Dwi Nopriyanto, S.Kep.,M.Kep  
NIP. 197610312009031001

Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Dekan



dr. Ika Fikriah, M.Kes  
NIP. 196910182002022001

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**HASIL**  
**KARYA TULIS ILMIAH**  
**STUDI LITERATUR**  
**EFEKTIVITAS AROMATERAPI DALAM MENURUNKAN TEKANAN**  
**DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH**  
**PENURUNAN CURAH JANTUNG**


Oleh  
Azi Surya Kurniawan  
NIM.1810033030

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal : Senin, 21 Juni 2021

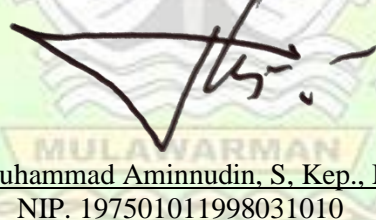
**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Komosis Penguji

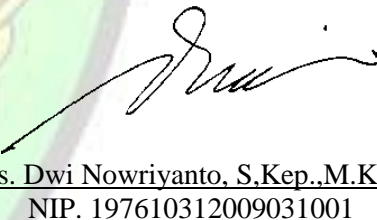
Penguji I

  
Sholichin, S.Kp., M.Kep  
NIP. 197004091995031002

Penguji II

  
Ns. Muhammad Aminudin, S. Kep., M.Sc  
NIP. 197501011998031010

Penguji III

  
Ns. Dwi Nowriyanto, S.Kep.,M.Kep  
NIP. 197610312009031001

Faskultas Kedokteran Universitas Mulawarman  
Dekan



dr. Ika Fikriah, M . Kes  
NIP. 196910182002022001

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : AZI SURYA KURNIAWAN

NIM 1810033030

Tanda Tangan :

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Azi Surya Kurniawan', with a stylized, cursive script.

Tanggal : 17 Juni 2021

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS  
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : AZI SURYA KURNIAWAN  
NIM : 1810033030  
Program Studi : D-III Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul: “STUDI LITERATUR EFEKTIVITAS AROMATERAPI DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH PENURUNAN CURAH JANTUNG”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik HakCipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : .....

Pada tanggal : .....

Yang menyatakan

Materai 6000

( ..... )

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas berkat dan rahmat serta Ridho-nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabat, serta pengikutnya sampai akhir zaman.

Karya tulis Ilmiah ini berjudul “*Efektivitas Aromaterapi dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi dengan Masalah Penurunan Curah Jantung*”. Disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan di Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman tahun 2021.

Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Bapak Ns. Dwi Nopriyanto, S.kep, M.Kep. selaku pembimbing serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr.H. Masjaya, M.Si. selaku Rektor Universitas Mulawarman
2. Ibu dr. Ika Fikriah, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman
3. Bapak Ns. Muhammad Aminuddin, S.Kep., M.Sc. selaku ketua prodi D-III Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman
4. Bapak Sholichin, S,Kp., M.Kep. selaku penguji I yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis
5. Bapak Ns. Muhammad Aminuddin, S, Kep., M.Sc. selaku penguji II yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis
6. Kedua Orang tua saya Bapak Sri Waluyo dan Ibu Juwariyah, serta adik-adik saya Alvita Cahya Indri dan Althafandra Cahya Abdillah dan seluruh keluarga besar yang selalu memberikan do’a dan semangat serta dukungan baik.
7. Teman-teman seperjuangan angkatan 2018 yang telah banyak memberikan semangat dan motivasi serta dukungan selama 3 tahun masa pembelajaran.

Saya menyadari sepenuhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kata sempurna, semata – mata karena keterbatasan yang ada baik dari pengalaman, pengetahuan, dan waktu yang tersedia. saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah mendukung dan membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan. Akhir kata saya ucapkan Terima Kasih

Wassalamualaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh

Samarinda, 17 Juni 2021

Peneliti



**STUDI LITERATUR**  
**EFEKTIVITAS AROMATERAPI DALAM MENURUNKAN TEKANAN**  
**DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN MASALAH**  
**PENURUNAN CURAH JANTUNG**

Azi Surya Kurniawan. (2021)  
Program Studi D3 Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Mulawarman

Ns. Dwi Nopriyanto, S.Kep, M.Kep

**ABSTRAK**

**Kata Kunci** : Aromaterapi, hipertensi atau tekanan darah.

**Latar Belakang** : Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) yang dapat menyebabkan kesakitan pada seseorang dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Tekanan darah tersebut membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah (termasuk jantung dan otak) menjadi Tegang.

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui jenis aromaterapi yang efektif digunakan untuk menurunkan tekanan darah dan mengetahui jenis aromaterapi yang paling efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Metode** : Penelitian ini menggunakan studi *literature review* dengan metode pencarian database secara online yang relevan seperti Google Scholar. Penelusuran literatur sebagai referensi dari tahun 2015 sampai 2021 dan mendapatkan 4 jurnal atau artikel yang relevan.

**Hasil dan Pembahasan** : Penyakit hipertensi dapat diatasi dengan cara menurunkan tekanan darah menggunakan aromaterapi mawar dan lavender yang diberikan secara inhalasi. Berdasarkan hasil *literature review* dapat dibuktikan aromaterapi mawar dan lavender efektif dalam menurunkan tekanan darah, namun setelah pemberian aromaterapi hasil penurunan tekanan darah yang didapat berbeda-beda sehingga keefektifan pemberian aromaterapi berbeda-beda dalam mengatasi hipertensi, karena dari segi pemberiannya yang berbeda pada setiap artikel penelitian, mulai dari durasi, usia hingga kandungan pada jenis aromaterapi.

**Kesimpulan dan Saran** : Berdasarkan hasil *literature review* pada 4 artikel penelitian aromaterapi mawar dan lavender efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga pemberian aromaterapi ini dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Karena aromaterapi tersebut dapat memberikan perasaan rileks yang akhirnya dapat mempengaruhi tekanan darah.

**STUDY OF LITERATURE**  
**THE EFFECTIVENESS OF AROMATHERAPY IN LOWERING BLOOD**  
**PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS WITH PROBLEMS**  
**DECREASE HEART OUTPUT**

Azi Surya Kurniawan. (2021)  
D3 Nursing Study Program, Faculty of Medicine  
Mulawarman University

Ns. Dwi Nopriyanto, S.Kep, M.Kep

**ABSTRACT**

**Keywords** : Aromatherapy, hypertension or blood pressure.

**Background** : Hypertension is a condition where there is an increase in blood pressure chronically (over a long period of time) which can cause pain in a person and can even cause death. This blood pressure makes the circulatory system and organs that receive blood supply (including the heart and brain) tense.

**Objective** : This study aims to determine the type of aromatherapy that is effective in lowering blood pressure and to determine the type of aromatherapy that is most effective in lowering blood pressure in patients with hypertension.

**Methods** : This study uses a literature review study with relevant online database search methods such as Google Scholar. Search the literature as a reference from 2015 to 2021 and get 4 relevant journals or articles.

**Results and Discussion** : Hypertension can be overcome by lowering blood pressure using rose and lavender aromatherapy by inhalation. Based on the results of a literature review, it can be proven that rose and lavender aromatherapy is effective in reducing blood pressure, but after giving aromatherapy the results of lowering blood pressure are different so that the effectiveness of giving aromatherapy is different in treating hypertension, because in terms of giving it is different in each research article. , ranging from duration, age to content on the type of aromatherapy.

**Conclusions and Suggestions** : Based on the results of a literature review on 4 research articles, rose and lavender aromatherapy are effective in lowering blood pressure in hypertensive patients, so that the provision of aromatherapy can be used as a nursing intervention in hypertensive patients to reduce blood pressure. Because aromatherapy can provide a relaxed feeling which can ultimately affect blood pressure.

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep Teori Hipertensi.....	7
1. Pengertian.....	7
2. Klasifikasi.....	7
3. Etiologi.....	8
4. Manifestasi.....	9
5. Penatalaksanaan.....	10
B. Konsep Teori Aromaterapi.....	10
1. Pengertian.....	11
2. Manfaat aromaterapi.....	12
3. Jenis-jenis aromaterapi.....	13
4. Aplikasi penggunaan aromaterapi.....	15
5. Dosis penggunaan minyak esensial.....	16
C. Kerangka Konsep Teori.....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Metodologi Studi Literatur.....	18
B. Penetapan Kriteria Inklusi dan Kriteria Eksklusi.....	18
C. Alur Penelitian.....	19
D. Database Pencarian.....	20
E. Kata Kunci.....	20

<b>BAB VI HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil.....	21
B. Pembahasan.....	24
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	33
B. Saran.....	34
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>35</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>38</b>

**DAFTAR TABEL**

Tabel 2.1. Klasifikasi tekanan darah .....	8
Tabel 4.1 <i>Critical Apracsial</i> .....	21

**DAFTAR SKEMA**

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	17
Skema 3.1 Kerangka Alur Penelitian.....	19

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Hipertensi berawal dari bahasa latin yaitu hiper dan tension. Hiper adalah tekanan yang berlebihan dan tension yang berarti tensi. Hipertensi secara umum dapat didefinisikan sebagai tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) yang dapat menyebabkan kesakitan pada seseorang dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Tekanan darah tersebut membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah (termasuk jantung dan otak) menjadi Tegang (Mulyadi, 2016).

Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi juga dijuluki dengan pembunuh diam-diam atau *silent killer* karena tidak memiliki gejala yang khas sehingga seseorang yang mengidap hipertensi selama bertahun-tahun tidak menyadari sampai terjadi kerusakan organ vital yang cukup berat yang bahkan dapat menyebabkan kematian (Hafiz, Weta, & Ratnawati, 2016)

Menurut data World Healty Organization (WHO) (2015) menunjukkan prevelensi penderita hipertensi terjadi pada kelompok umur dewasa yang berumur  $\geq 25$  tahun yaitu sekitar 40%. Hipertensi diprediksi dapat menyebabkan kematian yaitu sekitar 7,5 juta dan penyebab kematian di dunia yaitu sekitar 12,8%. Adapun di Amerika Serikat diprediksi terdapat

33,8% penduduknya menderita hipertensi yang terjadi pada jenis kelamin laki-laki maupun perempuan (Azhar, U et al., 2019)

Sementara itu di Indonesia prevalensi penyakit hipertensi yang didapat melalui pengukuran tekanan darah pada umur  $\geq 18$  di Indonesia yaitu 25,8%. Di Indonesia yang tertinggi ada di Bangka Belitung dengan prevalensi 30,9%, setelah itu Kalimantan Selatan 30,8% dan Kalimantan Timur 29,6%. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI, di Indonesia sendiri prevalensi hipertensi sebesar 31,7%, yang berarti 1 dari 3 orang mengalaminya, dan 76% dari mereka yang tidak mengetahui dirinya telah mengalami (Dinkes Kota Samarinda, 2016).

Prevalensi penyakit hipertensi pada umur  $\geq 18$  di Kalimantan Timur sebesar 29,6% atau tertinggi ketiga di Indonesia. Prevalensi penyakit hipertensi di Kalimantan Timur pada umur  $\geq 18$  tahun tertinggi ada di kabupaten Kutai Kartanegara sebesar 33,8%, kabupaten Paser 32,1% dan di kota Samarinda 30,8%. Menurut SIKDA Samarinda berdasarkan prevalensi penyakit tertinggi di Kelurahan Palaran pada tahun 2017 adalah penyakit Hipertensi dengan jumlah 984 kasus (Lestari, 2019).

Penyakit hipertensi disebut dengan silent killer, namun ada beberapa gejala yang bisa dirasakan pada penderita hipertensi seperti penglihatan kabur karena kerusakan retina, nyeri pada kepala, pusing, gemetar, mual muntah, lemas, sesak nafas, gelisah, kaku ditengkuk, dan kesadaran menurun (Nugraheni, 2016). Dari gejala-gejala tersebut dapat memunculkan masalah keperawatan pada penderita hipertensi, salah



satunya adalah penurunan curah jantung. Penurunan curah jantung adalah ketidak adekuatan jantung memompa darah untuk memenuhi kebutuhan metabolisme tubuh (PPNI, 2018).

Penurunan curah jantung pada hipertensi terjadi dikarenakan karena fungsi jantung memompa darah keseluruh tubuh, dan apabila tekanan darahnya terlalu tinggi bisa membuat jantung bekerja dua kali lipat dikarenakan harus melawan tekanan darah yang cukup tinggi. Adanya hipertensi tentu akan mempengaruhi kontraktilitas, afterload, preload atau fungsi relaksasi jantung. Hipertensi dengan penurunan curah jantung menunjukkan awal terjadinya kelainan fungsi sistolik dari ventrikel kiri yang sangat berhubungan dengan peningkatan insiden gagal jantung (Tambuwun et al., 2016)

Selama ini, untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan berbagai upaya untuk pengendalian tekanan darah dengan cara pemberian terapi non farmakologi sebagai antihipertensi yaitu akupressure, pengobatan herbal dari Cina, terapi jus, terapi herbal, pijat yoga, aroma terapi, pernafasan dan relaksasi, pengobatan pada pikiran dan tubuh, meditasi, hypnosis, perawatan di rumah.

Aromaterapi merupakan salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah yang menggunakan minyak dan wangi-wangian dari suatu tumbuhan. Salah satu tumbuhan yang memiliki fungsi sebagai aromaterapi adalah bunga mawar. Pada saat aroma terapi dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori

dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah (Jaelani, 2009). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul, (2013) bahwa frekuensi tingkat hipertensi setelah diberi intervensi aroma terapi bunga mawar, hasil dari 20 responden pasien hipertensi, sebagian besar responden mengalami pre hipertensi sebanyak 14 responden (70%) Hipertensi ringan 4 responden (20%) sedangkan yang sedang tinggal 2 responden (10%). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi aroma terapi bunga mawar dapat digunakan untuk mengurangi tingkat hipertensi.

Hasil penelitian lain dari Wulan & Wafiyah, (2018) juga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah, dengan penelitian tentang perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian aroma terapi pada pasien hipertensi bahwa aromaterapi dapat menurunkan tekanan darah, dengan hasil penelitian 33 responden sebelum diberikan aromaterapi didapatkan rata-rata tekanan darah 164,70/90,03 mmHg, dan rata-rata tekanan darah sesudah diberikan aromaterapi adalah 157,30/92,18 mmHg, hal ini menunjukkan bahwa pemberian aroma terapi dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan dalam menurunkan tekanan darah.

Adapun terapi farmakologi berupa pemberian obat dengan Jenis-jenis medikasi antihipertensi meliputi diuretik, penyekat beta-adrenergik atau beta-blocker, vasodilator, penyekat saluran kalsium dan penghambat enzim pengubah angiotensin. Namun, pemberian terapi farmakologis terutama pada jangka yang lama dapat menyebabkan *Drug Related Problems* dan

efek samping yang dapat menyebabkan kerusakan organ dan menimbulkan masalah kesehatan lainnya. (Azhar, U et al., 2019).

Dari kejadian ini, diperlukan alternatif lain untuk mengurangi tingkat ketergantungan pada obat untuk mempertahankan kualitas hidup pasien hipertensi (Azhar, A et al., 2019), maka dari itu peneliti ingin melihat keefektifan dari aromaterapi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah dalam tindakan keperawatan sebagai terapi non farmakologi, dengan metode penelitian study literatur.

## B. Rumusan Masalah

Tekanan darah tinggi pada pasien dengan Hipertensi akan berdampak buruk jika tidak ditanggulangi dan akan menyebabkan komplikasi. Komplikasi tersebut mengakibatkan angka kematian dan kesakitan akibat tekanan darah tinggi. Jadi rumusan masalah yang dapat di rumuskan adalah “bagaimana keefektifitasan aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dengan masalah penurunan curah jantung?”

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui jenis aromaterapi mawar dan lavender dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah.

- b. Mengetahui jenis aromaterapi yang paling efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi antara mawar dan lavender.

#### D. Manfaat Penelitian

1. Bagi penulis

Menambah wawasan dan pengetahuan saat melakukan penelitian dan penulisan karya tulis efektivitas aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan masalah penurunan curah jantung.

2. Bagi peneliti selanjutnya.

Menjadi tambahan informasi untuk penelitian selanjutnya dalam melakukan penelitian berkaitan dengan efektivitas aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### A. Konsep Teori Hipertensi

##### 1. Pengertian

Menurut WHO batas normal tekanan darah adalah 120-140 mmHg tekanan sistolik dan 80-90 mmHg tekanan diastolik. Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) yang dapat menyebabkan kesakitan pada seseorang dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Seseorang dapat disebut menderita hipertensi jika didapatkan tekanan darah sistolik  $>140$  mmHg dan diastolik  $>90$  mmHg (Smeltzer, Suzzane C, 2002).

##### 2. Klasifikasi

Klasifikasi hipertensi atau tekanan darah tinggi menurut (Palmer 2005 dalam Manutung. A, 2018), terbagi menjadi dua jenis, yaitu:

###### a. Hipertensi esensial (primer)

Tipe ini terjadi pada sebagian besar kasus tekanan darah tinggi, sekitar 95%. Penyebabnya tidak diketahui dengan jelas, walaupun dikaitkan dengan kombinasi faktor pola hidup seperti kurang bergerak dan pola makan.

### b. Hipertensi sekunder

Tipe ini lebih jarang terjadi, hanya sekitar 5% dari seluruh kasus tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi tipe ini disebabkan oleh kondisi medis lain (misalnya penyakit ginjal) atau reaksi terhadap obat-obatan tertentu (misalnya pil KB).

Tabel 2.1. Klasifikasi tekanan darah orang dewasa berusia 18 tahun ke atas (Brashers, 2008 dalam Manutung, A. 2018)

Kategori	Sistolik (mmHg)	Diastolik (mmHg)
Normal	< 120	< 80
Pre Hipertensi	120-139	80-89
Hipertensi Tahap 1	140-159	90-99
Hipertensi Tahap 2	160-179	100-109
Hipertensi Tahap 3	180-209	110-119

### 3. Etiologi

Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dapat digolongkan menjadi 2 yaitu:

#### a. Hipertensi esensial atau primer

Penyebab pasti dari hipertensi esensial sampai saat ini masih belum dapat diketahui, hipertensi jenis ini tidak dapat disembuhkan namun dapat dikontrol. Namun, berbagai faktor diduga turut berperan sebagai penyebab hipertensi primer, seperti bertambahnya umur, stres psikologis, dan hereditas (keturunan).

Kurang lebih 90% penderita hipertensi tergolong hipertensi primer, sedangkan 10%-nya tergolong hipertensi sekunder.

b. Hipertensi sekunder

Hipertensi sekunder adalah hipertensi yang penyebabnya dapat diketahui, antara lain kelainan pembuluh darah ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), penyakit kelenjar adrenal (hiperaldosteronisme), dan lain lain. Karena golongan terbesar dari penderita hipertensi adalah hipertensia esensial, maka penyelidikan dan pengobatan lebih banyak ditujukan ke penderita hipertensi esensial.

4. Manifestasi Klinis

Menurut yaitu (Nurarif, A.H & Hardhi Kusuma, 2015)

manifestasi klinis hipertensi secara umum dibedakan menjadi :

a. Tidak ada gejala

Tidak ada gejala yang spesifik yang dapat dihubungkan dengan peningkatan tekanan darah, selain penentuan tekanan arteri oleh dokter yang memeriksa. Hal ini berarti hipertensi arterial tidak akan pernah terdiagnosa jika tekanan arteri tidak terukur.

b. Gejala yang lazim

Sering dikatakan bahwa gejala terlazim yang menyertai hipertensi meliputi nyeri kepala dan kelelahan. Dalam

kenyataannya ini merupakan gejala terlazim yang mengenai kebanyakan pasien yang mencari pertolongan medis.

Tanda gejala hipertensi berat atau menahun dan tidak terobati akan timbul gejala:

- 1) Sakit kepala
- 2) Lemas dan kelelahan
- 3) Sesak napas
- 4) Gelisah
- 5) Mual dan untah

#### 5. Penatalaksanaan

Tujuan tiap program penanganan bagi setiap pasien adalah mencegah terjadinya morbiditas dan mortalitas penyerta dengan mencapai dan mempertahankan tekanan darah dibawah 140/90 mmHg. Efektivitas setiap program ditentukan oleh derajat hipertensi, komplikasi, biaya perawatan dan kualitas hidup sehubungan dengan terapi (Brunner & Suddart, 2015).

##### a. Terapi non farmakologis

Terapi non farmakologis yang dapat diberikan seperti modifikasi gaya hidup, diet mengurangi berat badan, pembatasan asupan natrium, modifikasi diet rendah lemak, pembatasan alkohol, pembatasan kafein, terapi relaksasi, terapi akupresur, aromaterapi dan menghentikan kebiasaan merokok.



## b. Terapi farmakologis

Terapi farmakologi yang diberikan berupa pemberian obat dengan Jenis-jenis medikasi antihipertensi meliputi diuretik, (Hidroklorotiazid), penyekat beta-adregenik atau beta-blocker (Metoprolol, propranolol dan atenolol), vasodilator (Prasosin, Hidralisin), penyekat saluran kalsium dan penghambat enzim pengubah angiotensin (Valsartan).

## B. Konsep Teori Aromaterapi

### 1. Pengertian

Aroma terapi berasal dari kata aroma yang berarti harum atau wangi, dan therapy yang dapat diartikan sebagai cara pengobatan atau penyembuhan. Aromaterapi adalah teknik pengobatan atau perawatan menggunakan wangi-wangian yang berasal dari minyak alami dari tumbuh-tumbuhan, bunga atau pohon yang berbau harum dan enak. Aromaterapi digunakan sebagai minyak pijat (massage), inhalasi dan produk kecantikan dan parfum. Aromaterapi bermanfaat untuk penyembuhan secara holistik, menenangkan sentuhan penyembuhan dengan sifat terapeutik dan memberikan kenyamanan emosional dalam mengembalikan keseimbangan badan (Koensoemardiyah, 2009).

### 2. Manfaat Aromaterapi

Berdasarkan pengalaman empiris pada masa lampau, aroma terapi memiliki banyak khasiat dan manfaat yang cukup banyak. Menurut

Jaelani (2009) manfaat penting yang dapat diperoleh dari metoda aroma terapi adalah sebagai berikut.

- a. Merupakan bagian utama dari parfum keluarga, yaitu dengan memberikan sentuhan keharuman dan suasana wewangian yang menyenangkan; ketika sedang berada di rumah maupun bepergian.
- b. Dapat digunakan sebagai pelengkap kosmetika seperti body lotion, body scrub, body wash, body mask, mes. sage oil, herbal bath, dan sebagainya, sehingga dapat menjadikan kulit tubuh lebih halus, bersih, segar dan tampak aura kecantikannya.
- c. \*Merupakan salah satu metoda perawatan yang tepat dan efisien dalam menjaga tubuh agar tetap sehat.
- d. Banyak dimanfaatkan dalam pengobatan, khususnya untuk membantu penyembuhan beragam penyakit, meskipun lebih ditujukan sebagai terapi pendukung (*support therapy*).
- e. Dapat membantu kelancaran fungsi sistem tubuh (*improving body functions*), antara lain, dengan cara mengembalikan keseimbangan bioenergi tubuh.
- f. Membantu meningkatkan stamina dan gairah seseorang, walaupun sebelumnya tidak atau kurang memiliki gairah dan semangat hidup.

- g. Dapat menumbuhkan perasaan yang tenang pada jasmani, pikiran dan rohani, dapat menciptakan suasana yang dama, serta dapat menjauhkan dari perasaan cemas dan gelisah.
- h. Mampu menghadirkan rasa percaya diri, sikap yang berwibawa, jiwa pemberani, sifat familiar, perasaan gembira, damai, juga romantis.
- i. Merupakan bahan antiseptic dan anti bakteri alami yang dapat menjadikan makanan ataupun jasad renik menjadi lebih awet.

### 3. Jenis - jenis Aromaterapi

Menurut Kaina (2006), terdapat beberapa jenis tanaman, bunga dan buah yang biasa digunakan sebagai bahan aromaterapi, yaitu sebagai berikut:

#### a. Pappermint

Mempunyai aroma yang harum dan menyegarkan sesuai untuk merangsang dan menguatkan sistem yang berada didalam tubuh. Cocok untuk perawatan sakit kepala, migrain, masalah kulit, meredakan batuk, lelah, diare perut kembung, gatal-gatal di kulit, mengatasi masalah bau nafas, nyeri otot dan sendi.

#### b. Lemon (Citrus Lemon)

Lemon merupakan aroma yang digunakan untuk menenangkan suasana. Minyak lemon untuk tubuh bermanfaat untuk mengatasi masalah pencernaan, untuk meredakan sakit dan nyeri pada persendian dan diterapkan untuk kondisi rematik dan

asam urat untuk meredakan sakit kepala, dengan kandungan limonea yang banyak dibandingkan dengan senyawa lainnya, membuat minyak lemon dapat berfungsi sebagai aromaterapi. Senyawa limonea mempunyai pengaruh untuk mengurangi rasa anti cemas, anti depresi, dan anti stress.

c. Lavender

Berasal dari bagian bunga dan kelopak bunga, salah satu minyak terapi yang populer dipakai sebagai antiseptik dan penyembuhan luka. Mempunyai efek relaksasi maupun perangsang, menenangkan kecemasan dan depresi. Minyak lavender digunakan untuk mengatasi masalah pencernaan, gangguan menstruasi, sumbatan pada hidung dan sakit tenggorokan karena influenza. Menghilangkan sakit kepala, nyeri sendi, dan nyeri lainnya.

d. Mawar (*Rosa centifolia*)

Berasal dari bagian bunga dan kelopak bunga dapat menyeimbangkan fungsi-fungsi tubuh, membangkitkan semangat, memperbaiki suasana hati (relaksasi), menenangkan, antidepresan. Bersifat sebagai antidepresan, bersifat sebagai antioksidan dan penguat jantung. Dapat dipakai sebagai inhaler pada penderita asma dan sebagai perawatan pada kulit sensitif, kulit kering, dan kulit alergi.

e. Orange

Bersifat antibakteri, menghentikan pendarahan, sariawan, sumber potasium yang baik untuk jantung dan aliran darah, melegakan batuk dan kelelahan dan meningkatkan stamina.

4. Aplikasi Penggunaan Aromaterapi

Menurut Koensomardiyah (2009), terdapat beberapa cara dalam penggunaan aromaterapi, yaitu :

a. Ingesti

Penggunaan aromaterapi dengan cara ingesti adalah melalui mulut dan kemudian ke saluran pencernaan. Sasaran ke saluran pencernaan juga dapat dilakukan melalui dubur atau liang kemaluan.

b. Olfaksi atau Inhalasi

Proses melalui penciuman merupakan jalur yang sangat cepat dan efektif untuk menanggulangi masalah gangguan emosional. Rongga hidung mempunyai hubungan langsung dengan sistem susunan saraf pusat yang bertanggung jawab terhadap kerja minyak esensial. Penggunaan aromaterapi inhalasi dapat dilakukan dengan cara melalui bantuan botol semprot atau dihirup melalui tisu atau sarung tangan. Cara lain yaitu dengan dihisap melalui telapak tangan dengan meneteskan minyak 1 tetes lalu dihirup dalam keadaan terpejam. Selain itu dapat juga dilakukan melalui penguapan, metode ini dengan cara diteteskan dalam air panas lalu dihirup uapnya.

c. Absorpsi melalui kulit

Penyerapan minyak esensial melalui kulit akan memengaruhi kerja susunan saraf pusat dan sistem sirkulasi limfatik setelah minyak esensial tersebut memasuki lapisan dermis kulit. Begitu menembus lapisan epidermis, molekul minyak atsiri dapat dengan mudah menyebar ke bagian tubuh. Molekul itu akan bersirkulasi ke setiap sel dalam tubuh.

5. Dosis penggunaan minyak esensial secara inhalasi

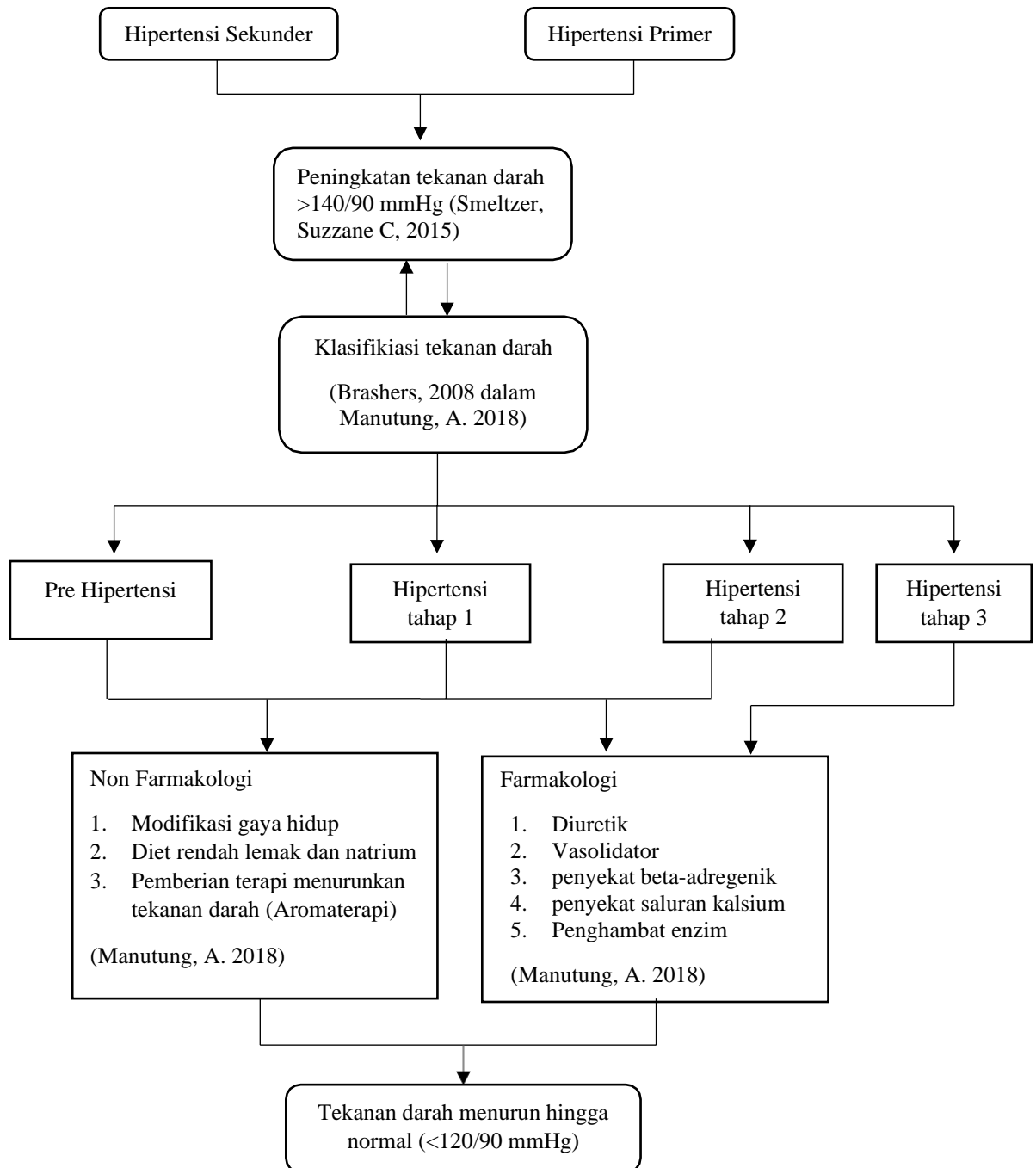
Dosis yang dianjurkan melarutkan 10-15 tetes minyak esensial murni ke dalam 1 liter air mendidih untuk satu kali pemakaian. Dalam terapi inhalasi, kita bisa juga menggunakan campuran dari tiga macam minyak esensial sekaligus dalam satu larutan. Terapinya sendiri dapat diberikan satu kali per hari untuk pemakaian selama 6 minggu berturut-turut. Atau, dalam satu kali per minggu selama 30 minggu berturut-turut.

Untuk terapi inhalasi, dapat menggunakan campuran antara minyak esensial murni dengan minyak basal yang dilarutkan bersama-sama.

Konsentrasinya, dapat memakai pengenceran 1-2,5%. Arti dari pengenceran 1% tersebut yaitu bahwa sekitar 5-6 tetes minyak esensial dapat dilarutkan ke dalam 100 ml minyak dasar. Atau, untuk setiap tetes

minyak esensial dalam 20 ml minyak dasar. Campuran ini dapat digunakan dalam terapi pengobatan yang dibantu dengan menggunakan peralatan aroma terapi.

### C. Kerangka Konsep Teori



Skema 2.1 Kerangka Teori

## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Metodologi Studi Literatur

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur. Studi literatur merupakan pengumpulan data dan informasi dengan cara menggali pengetahuan atau ilmu dari sumber-sumber seperti buku atau literatur yang menjelaskan tentang landasan teori yang berhubungan dengan objek penelitian (Rusmawan, 2019)

#### B. Pentetapan Keriteria Inklusi dan Eksulsi

Keriteria dalam penelitian ini meliputi :

##### 1. Kriteria inklusi

- a. Hasil penelitian dipublikasikan dalam rentang tahun 2015 - 2021
- b. Artikel penelitian quasi eksperimen dengan topik “Pemberian Aromaterapi secara inhalasi dalam menurunkan tekanan darah”
- c. Jurnal terakreditasi nasional
- d. Sampel penelitian responden dengan katagori tekanan darah antara pre hipertensi (120/80-139/89 mmHg) hingga hipertensia tahap 2 (160/100-179/109 mmHg)
- e. Artikel penelitian menggunakan *quasi-eksperimen* atau *pre-experimental design*.

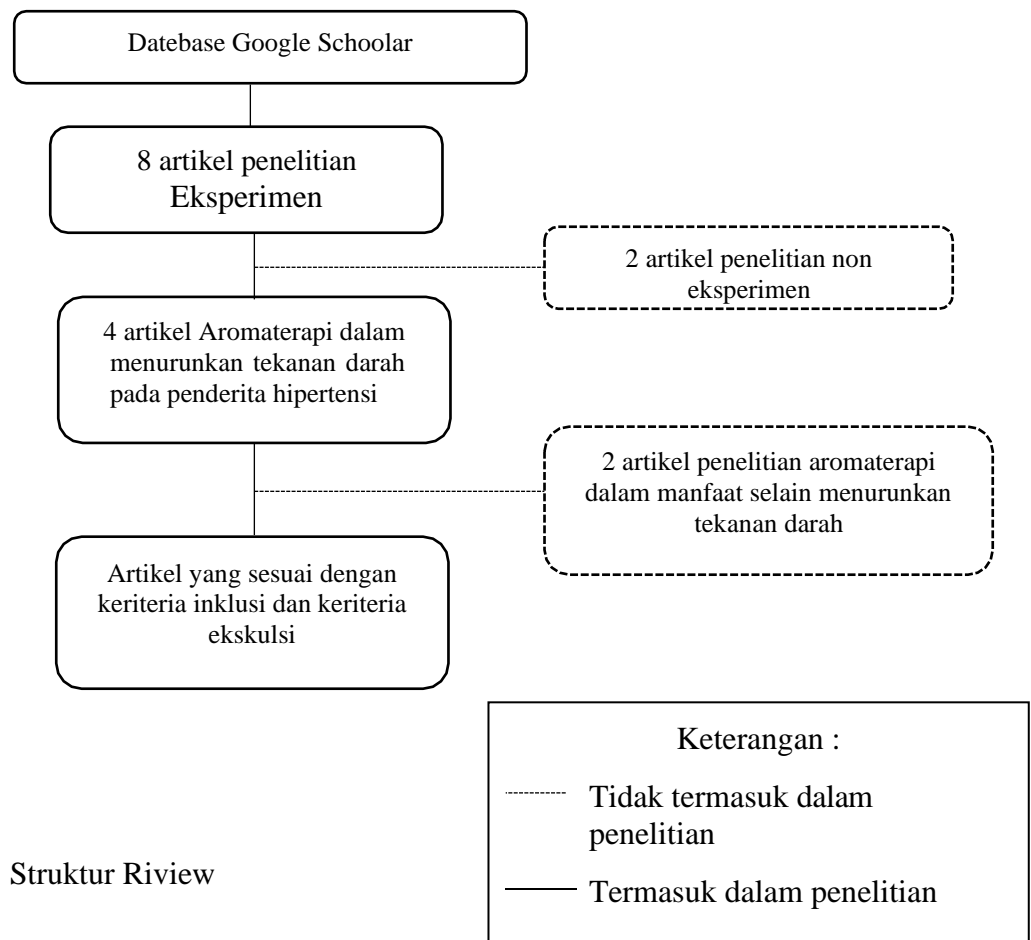
##### 2. Krtieria ekslusi

- a. Hasil penelitian dipublikasikan dibawah tahun 2015
- b. Sumber didapat dari koran atau majalah



- c. Artikel penelitian yang membahas hipertensi dengan penyakit penyerta lainnya
- d. Artikel penelitian yang tidak membahas aromaterapi

### C. Alur Penelitian



Skema3.1 Struktur Riview

D. Database pencarian

Penelitian studi literatur ini dilakukan dengan pencarian artikel penelitian yang berhubungan dengan aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah menggunakan mesin pencarian yaitu *google scholar*.

E. Kata kunci yang digunakan

Pada penelitian studi literature ini menggunakan kata kunci yaitu “Aromaterapi”, “Hipertensi atau tekanan darah”.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil

Semua artikel yang menjadi sampel penelitian ini merupakan hasil *eksperimen*. Terdapat 4 artikel dengan 3 penelitian quasi experiment design dan 1 artikel pre-experimen design, dengan 3 artikel pendekatan control group pre-test post-test dan 1 artikel pendekatan one group pre-test post-tset design pada semua artikel.

Hasil analisis kritis terhadap 4 artikel hasil penelitian yang menjadi sampel dalam studi literatur ini dituangkan dalam Tabel 4.1.

Tabel 4.1 *Critical Apracsial*

Artikel no.	1	2	3	4
Judul	Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Mawar) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja puskesmas Talang Kabupaten Solok	Pengaruh Pemberian Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Dusun Pengkol, Desa Depok Kecamatan Toroh	Perbandingan Antara Pemberian Aromaterapi Mawar Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Perawatan Penurunan Tekanan Darah Wanita Lansia Di Puskesmas Pagatan Tanah Bumbu	Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengukuran Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Klinik Pratama Universitas Tanjungpura
Peneliti	Sandra Hardini	Sutrisno	Suriyadi Ashar	Lita Septianty
Tahun Publikasi	2017	2021	2018	2015
Negara	Indonesia	Indonesia	Indonesia	Indoneia
Desain Pendekatan	<i>Quasi Eksperimen Rancangan Control Group with Pre Test Post Test Design</i>	<i>Quasi Eksperimen Rancangan Control Group with Pre Test Post Test Design</i>	<i>Quasi Eksperimen Rancangan Control Group with Pre Test Post Test Design</i>	<i>Pre-expeimental Rancangan one grup post test – pre test</i>
Nama Program (Perlakuan)	Menurunkan Tekanan Darah pada lansia Hipertensi	Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi	Perunurunan Tekanan Darah Wanita Lansia Hipertensi	Penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi
Komponen Intervensi	Pemberian Aromaterapi secara inhalasi	Pemberian Aromaterapi secara inhalasi	Pemberian Aromaterapi secara inhalasi	Pemberian Aromaterapi secara inhalasi
Durasi Pemberian	5 - 10 menit	10 menit dalam 3 hari	-	10 menit
Fasilitator	Mahasiswa	Dosen	Mahasiswa	Mahasiswa
<i>Sampling</i>	<i>Purposive sampling</i>	<i>Probability Sampling</i>	<i>Purposive sampling</i>	<i>Purposive sampling</i>

Kelompok Kontrol	Jumlah sampel pada kelompok kontrol 15 Responden	Jumlah sampel pada kelompok kontrol 12 Responden aromaterapi	Jumlah sampel pada kelompok kontrol 17 Responden aromaterapi mawar, 17 Responden aromaterapi lavender	Tidak ada kelompok kontrol
Kelompok Intervensi	Jumlah sampel pada kelompok intervensi 15 Responden	Jumlah sampel pada kelompok intervensi 12 responden	Jumlah sampel pada kelompok intervensi 34 responden	Jumlah sampel pada kelompok intervensi 16 Responden
Variabel Dependen	Penurunan tekanan darah	Penurunan tekanan darah	Penurunan tekanan darah	Penurunan tekanan darah
Instrumen	Lembar observasional	Lembar observasional	Lembar observasional	Lembar observasional
Temuan	Hasil uji statistik paired sample t-test didapatkan nilai $p = 0,024$ berarti pada nilai $p \leq 0,05$ dianggap bermakna, maka ada pengaruh relaksasi (aromaterapi mawar) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Talang Kabupaten Solok Tahun 2017.	Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok perlakuan pemberian relaksasi aromaterapi 3 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.	Hasil uji statistik dengan menggunakan uji mann whitney didapatkan untuk kelompok intervensi 1 yaitu aromaterapi mawar nilai $p = 0,03$ ( $<0,005$ ) dan untuk kelompok intervensi 2 yaitu aromaterapi lavender nilai $p = 0,01$ ( $<0,05$ ) yang berarti $H_1$ diterima yang artinya ada perbedaan perbandingan antara pemberian aromaterapi mawar dan aromaterapi lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu.	Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh terhadap pemberian aromaterapi lavender terhadap pengukuran tekanan darah sistol dan diastol sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada pasien hipertensi dengan nilai $p < 0,05$
Kesimpulan	Simpulan dari penelitian ini adalah bahwa ada pengaruh relaksasi (aromaterapi mawar) terhadap penurunan tekanan darah pada kelompok eksperimen pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Talang Kabupaten Solok Tahun 2017.	Pemberian terapi relaksasi aromaterapi lavender, mempengaruhi penurunan tekanan darah secara signifikan	Ada perbedaan antara pemberian aromaterapi mawar dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada wanita lansia usia 60-70 tahun di wilayah puskesmas perawatan pagatan kabupaten tanah bumbu.	Ada pengaruh yang signifikan dalam pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Hardini et al., (2017) menggunakan intervensi aromaterapi mawar dalam menurunkan tekanan darah yang difasilitasi oleh mahasiswa. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Kemudian diberikan perlakuan terhadap variabel independennya yaitu pemberian aromaterapi mawar secara inhalasi terhadap kelompok eksperimen, setelah beberapa waktu 5-10 menit dilakukan posttest (pengukuran tekanan darah) pada kedua kelompok didapatkan hasil penurunan tekanan darah.

Penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno et al., (2021) menggunakan intrvensi aromaterapi lavender dalam menurunkan tekanan darah yang difasilitasi oleh dosen. Sampel pada penelitian ini berjumlah 24 dengan teknik pengambilan *random sampling*, Sampel dibagi menjadi 12 responden pada kelompok perlakuan, dan 12 responden kelompok kontrol. Kemudian responden akan diberikan aromaterapi lavender secara inhalasi lalu tekanan darah kembali diukur, sehingga didapatkan penurunan tekanan darah.

Penelitian yang dilakukan oleh Ashar et al., (2018) menggunakan intervensi aromaterapi mawar dan lavender untuk membandingkan hasil dari menurunkan tekanan darah yang difasilitasi oleh mahasiswa. Sampel pada penelitian ini berjumlah 34 responden dengan teknik pengambilan *purposive sampling*. Seluruh responden akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 17 responden aromaterapi mawar dan 17 responden aromaterapi lavender. Kemudian responden akan diberikan jenis aromaterapi sesuai kelompoknya secara inhalasi lalu tekanan darah diukur kembali sehingga didapatkan perbedaan tekanan darah antara kelompok aromaterapi mawar dan lavender.

Penelitian yang dilakukan oleh Septianty et al., (2015) menggunakan intervensi aromaterapi lavender secara inhalasi pada pasien hipertensi yang

difasilitasi oleh mahasiswa. dengan membandingkan hasil pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi selama 10 menit. Sampel pada penelitian ini berjumlah 16 responden dengan teknik pengambilan *purposive sampling*. Seluruh responden akan diberikan aromaterapi selama 10 menit lalu tekanan darah diukur kembali untuk mengetahui perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

## B. Pembahasan

Parameter yang diukur atau variabel dependen dalam 4 artikel. Pembahasan ini peneliti akan mengkaji artikel-artikel yang terkait dengan penelitian dan membandingkan antara artikel-artikel yang akan di review untuk menghasilkan kesimpulan tentang efektivitas aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah pada hipertensi, Hasil penelitian ini meliputi :

### 1. Jenis Aromaterapi yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah

Menurut Kaina (2006) terdapat beberapa jenis tanaman, bunga dan buah yang bias digunakan sebagai bahan aromaterapi seperti mawar dan lavender. Berdasarkan hasil penelitian dari beberapa artikel jenis bahan aromaterapi dapat menurunkan tekanan darah.

#### a. Aromaterapi Mawar

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hardini et al., (2017) yaitu pemberian aromaterapi bunga mawar pada pasien hipertensi. Didapatkan nilai rata-rata perubahan tekanan darah sistol lansia pada kelompok eksperimen dengan nilai mean sebelum diberikan

aromaterapi mawar 151,20 mmHg dan sesudah diberikan aromaterapi relaksasi 138,33 mmHg dengan selisih tekanan darah 12,87 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastole lansia sebelum diberikan aromaterapi mawar 91,87 mmHg dan sesudah diberikan aromaterapi mawar 81,07 mmHg dengan selisih tekanan darah 10,80 mmHg. Dari hasil penelitian ini didapatkan penurunan tekanan yang signifikan setelah pemberian aromaterapi mawar, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ashar et al., (2018) dengan pemberian aromaterapi mawar dalam menurunkan tekanan darah lansia hipertensi. Didapatkan hasil sebelum dilakukan intervensi dari 17 responden terdapat 4 responden pre hipertensi, 8 responden hipertensi tahap 1 dan 5 responden hipertensi tahap 2. Setelah diberikan intervensi terdapat 8 responden pre hipertensi dan 9 responden hipertensi tahap 1. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa pemberian aromaterapi mawar dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Pemberian aromaterapi mawar ini diberikan secara inhalasi yaitu melalui indra penciuman. Proses kerja aromaterapi mawar langsung memiliki efek terhadap penurunan darah. Karena aromaterapi tersebut diolah dan dikonversikan oleh tubuh menjadi suatu aksi dengan pelepasan substansi neurokimia berupa zat endorphin dan serotonin sehingga berpengaruh langsung pada organ penciuman dan di persepsikan oleh otak untuk memberikan reaksi yang membuat

perubahan fisiologis pada tubuh, pikiran, jiwa, dan menghasilkan efek menenangkan pada tubuh (Nurachman, 2004).

b. Aromaterapi Lavender

Selain aromaterapi bunga mawar ada juga aromaterapi yang efektif menurunkan tekanan darah seperti aromaterapi lavender yang dilakukan oleh Sutrisno et al., (2021) dalam penelitian menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Dari hasil penelitian ini dari 12 responden kelompok intervensi didapatkan rata-rata hasil pada tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan relaksasi aromaterapi lavender sebesar 147,08 mmHg dan 90,50 mmHg. Sedangkan hasil rata-rata tekanan darah pada sistolik dan diastolik setelah diberikan relaksasi aromaterapi lavender sebesar 133,33 mmHg dan 84,42mmHg. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Septianty et al., (2015) dalam memberikan aromaterapi lavender pada lansia hipertensi. Berdasarkan dari hasil pengukuran tekanan darah yang dilakukan oleh peneliti terhadap 16 orang responden yang sudah diberikan terapi aromaterapi lavender selama 10 menit didapatkan hasil bahwa rata-rata tekanan darah yaitu pada sistol dari 147,63 menjadi 135,25. Hal ini juga terjadi pada nilai tekanan darah diastol yang mengalami penurunan dari 93,19 menjadi 83,00.



Dari kedua hasil penelitian ini, terbukti bahwa aromaterapi lavender dapat berefek dalam menurunkan tekanan. Seperti yang dijelaskan dalam penelitian Kristanti (2010) kandungan dari aromaterapi lavender bekerja dengan merangsang sel-sel saraf penciuman dan mempengaruhi kerja sistem limbik sehingga dapat memberikan perasaan rileks yang akhirnya dapat mempengaruhi tekanan darah. Pemberian aromaterapi lavender selama 10 menit sudah dapat mempengaruhi sistem kerja limbik dengan memberikan efek relaksasi sehingga membuat jantung tidak perlu bekerja lebih cepat untuk memompa darah keseluruh tubuh yang kemudian dapat menurunkan tekanan darah.

2. Jenis aromaterapi yang paling efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penerita hipertensi

Berdasarkan dari keempat artikel yang sudah di *review* menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi mawar dan lavender terbukti efektif dan dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Namun dari kedua jenis aromaterapi ini memiliki keefektivan yang berbeda jika dilihat dari segi pemberiannya, seperti hasil penelitian berikut.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hardini et al., (2017) dengan intervensi aromaterapi mawar yang diberikan secara inhalasi selama 5-10 menit pada responden yang belum memasuki usia lansia maupun yang sudah lansia. Hasil uji statistik didapatkan nilai rata-rata

perubahan tekanan darah sistol lansia pada kelompok eksperimen dengan nilai mean sebelum diberikan aromaterapi relaksasi 151,20 mmHg dan sesudah diberikan aromaterapi relaksasi 138,33 mmHg dengan selisih tekanan darah 12,87 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastol lansia sebelum diberikan aromaterapi mawar 91,87 mmHg dan sesudah diberikan aromaterapi mawar 81,07 mmHg dengan selisih tekanan darah 10,80 mmHg. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Septianty et al., (2015) dengan intervensi aroma lavender yang diberikan secara inhalasi selama 10 menit pada responden lansia didapatkan hasil pengukuran tekanan darah sesudah diberikan aromaterapi lavender yaitu pada sistol dari 147,63 menjadi 135,25. Hal ini juga terjadi pada nilai tekanan darah diastol yang mengalami penurunan dari 93,19 menjadi 83,00. pengukuran selisih tekanan darah dengan rata rata 12/10 mmHg.

Dari kedua artikel ini dapat diketahui bahwa aromaterapi mawar yang diberikan secara inhalasi selama 10 menit didapatkan selisih tekanan darah 12/10 mmHg, sama halnya dengan pemberian aromaterapi lavender yang diberikan secara inhalasi selama 10 menit juga mendapatkan selisih tekanan darah 12/10 mmHg. Dapat disimpulkan bahwa berdasarkan usia dan durasi waktu pemberian aromaterapi mawar dan lavender memiliki selisih penurunan tekanan darah yang sama sehingga kedua jenis aromaterapi ini memiliki keefektivan yang sama dalam menurunkan tekanan darah mulai dari usia dewasa hingga lansia.

Lansia lebih rentan mengalami hipertensi, pembuluh darah pada lansia lebih tebal dan kaku atau disebut aterosklerosis, sehingga tekanan darah akan meningkat serta arteri kehilangan elastisitasnya. Lansia sering terserang hipertensi terutama pada perempuan yang sudah memasuki masa menopause dimana hormone estrogen mengalami penurunan (Junadi, 2013). Dari kedua penelitian yang dilakukan oleh Hardini et al., (2017) dan Septianty et al., (2015) kedua aromaterapi ini efektif menurunkan tekanan darah pada lansia, diketahui bahwa lansia memiliki tingkat keparahan hipertensi tertinggi, jika aromaterapi efektif menurunkan hipertensi pada lansia, dapat dipastikan aromaterapi ini efektif menurunkan tekanan darah dengan usia dibawah 60 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Putri, (2019) dalam penelitian aromaterapi mawar pada pasien hipertensi mulai dari usia 20 tahun hingga 65 tahun, hasil penelitian tersebut terdapat penurunan tekanan darah yang signifikan pada setiap responden setelah diberikan aromaterapi.

Penelitian yang dilakukan oleh Sutrisno et al., (2021) dalam pemberian aromaterapi lavender secara inhalasi dengan durasi pemberian selama 10 menit dalam 3 hari, didapatkan rata-rata hasil pada tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum diberikan relaksasi aromaterapi lavender sebesar 147,08 mmHg dan 90,50 mmHg. Sedangkan hasil rata-rata tekanan darah pada sistolik dan diastolik setelah diberikan relaksasi aromaterapi lavender sebesar 133,33 mmHg

dan 84,42mmHg, sehingga selisih penurunan tekanan darah sekitar 14/6 mmHg. Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa aromaterapi lavender selama 10 menit dalam 3 hari memiliki selisih penurunan tekanan darah 14/6 mmHg sedangkan aromaterapi mawar atau lavender yang diberikan selama 10 menit selisih penurunan tekanan darah sekitar 12/10 mmHg. Berdasarkan durasi pemberiannya aromaterapi lavender yang diberikan selama 10 menit dalam 3 lebih efektif menurunkan tekanan darah dibanding pemberian aromaterapi mawar atau lavender selama 10 menit. Menurut Jaelani, (2009) penggunaan aromaterapi secara inhalasi digunakan secara bertahap, seperti 1 kali perhari untuk 6 minggu berturut-turut, atau 30 minggu berturut-turut, akan mendapatkan efek dari aromaterapi yang lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Ashar et al., (2018) dalam membandingkan pemberian aromaterapi mawar dan lavender terhadap penurunan tekanan darah pada wanita lansia, terdapat perbedaan penurunan jumlah responden hipertensi setelah pemberian aromaterapi mawar pada kelompok mawar dan aromaterapi lavender pada kelompok lavender. Setelah diberikan intervensi pada kelompok mawar yang terdiri dari 17 responden terdapat penurunan tekanan darah dengan hasil 8 responden pre hipertensi dan 9 responden hipertensi derajat 1. Sedangkan kelompok lavender yang terdiri dari 17 responden setelah diberikan intervensi didapatkan hasil 11 responden pre hipertensi dan 6 responden hipertensi derajat 1.

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lavender lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibanding aromaterapi mawar berdasarkan kandungan dari jenis aromaterapi. Penangan hipertensi bisa dilakukan dengan pengobatan non farmakologi salah satunya adalah Aromaterapi Mawar (*Rosa Centifolia*), beberapa kandungan dalam minyak atsiri bunga mawar diantaranya sitral, sitronelol, geraniol, linalol, nerol, eugenol, feniletil, alkohol, farnesol, nonil, dan aldehida suatu pesan elektro kimia akan ditranmisikan melalui saluran olfaktori kedalam sistem limbic, hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus yang berperan sebagai regulator memunculkan pesan yang harus disampaikan ke otak. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa senyawa elektrokimia yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah (Perez, 2003). Sedangkan aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) dapat mampu menurunkan tekanan darah dimana aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatic yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah, minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan seperti monoterpene hidrokarbon, camphene, limonene, geraniol lavandulol, nerol dan sebagian besar mengandung linalool dan

linalool asetat dengan jumlah sekitar 30-60% dari total berat minyak, dimana linalol merupakan kandungan aktif utama (Nuraini, 2014).

Berdasarkan kandungan dari aromaterapi mawar dan lavender yang disimpulkan oleh Ashar et al., (2018) aromaterapi lavender lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibanding aromaterapi mawar dikarenakan pada aromaterapi tersebut mempunyai sebagian besar mengandung linalool dan linalool asetat dengan jumlah sekitar 30-60% dari total berat minyak, dimana linalol merupakan kandungan aktif utama untuk relaksasi dalam menurunkan tekanan darah.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian studi literatur yang didapatkan dari 4 artikel penelitian yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwa jenis aromaterapi yang efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah aromaterapi mawar dan lavender. Karena kedua jenis aromaterapi ini memiliki manfaat dan proses yang sama dalam memberikan perasaan rileks dan menurunkan tekanan darah, pada saat aroma dihirup molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah.
2. Berdasarkan hasil penelitian studi literatur yang didapatkan dari 4 artikel penelitian dapat disimpulkan bahwa pada artikel penelitian ke-1 dan ke-4 aromaterapi mawar dan lavender memiliki keefektivan yang sama berdasarkan usia dan durasi yang sama dalam pemberiannya yaitu dalam 10 menit mulai dari usia dewasa hingga lansia, dengan rata-rata selisih penurunan tekanan darah 12/10 mmHg. Sedangkan aromaterapi lavender pada artikel penelitian ke-2 berdasarkan durasi yang diberikan selama 10 menit dalam 3 hari akan lebih efektif dibanding dengan aromaterapi mawar atau lavender yang diberikan selama 10 menit dalam 1 hari, dengan rata-rata selisih penurunan tekanan darah 14/6

mmHg. Aromaterapi lavender dengan jenis *lavendula augustifolia* lebih efektif menurunkan tekanan darah dibanding aromaterapi mawar dengan jenis *rosa centifolia* berdasarkan kandungan dalam jenis aromaterapi. Dikarenakan pada aromaterapi tersebut mempunyai sebagian besar mengandung linalool dan linalool asetat dengan jumlah sekitar 30-60% dari total berat minyak, dimana linalol merupakan kandungan aktif utama untuk relaksasi dalam menurunkan tekanan darah. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian artikel ke-3, setelah dilakukan intervensi pada kelompok lavender didapatkan hasil 11 responden pre hipertensi dan 6 responden hipertensi derajat 1, sedangkan pada kelompok mawar didapatkan hasil 8 responden pre hipertensi dan 9 responden hipertensi derajat 1.

## **B. Saran**

Pemberian aromaterapi mawar dan lavender secara inhalasi dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Karena aromaterapi tersebut dapat memberikan perasaan rileks yang akhirnya dapat mempengaruhi tekanan darah.

Bagi mahasiswa hasil literature review ini dapat dijadikan awal untuk melanjutkan penelitian selanjutnya dan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melakukan penelitian lanjutan mengenai efektivitas aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ashar, S., Juniawan, H., & Pringgotomo, G. (2018). Perbandingan Antara Pemberian Aromaterapi Mawar Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Perawatan Penurunan Tekanan Darah Wanita Lansia Di Puskesmas Pagatan Tanah Bumbu. *Dinamika Kesehatan, Vol 9*.
- Azhar, U, M., Islam Negeri Aluddin Makassar, U., & Penulis, K. (2019). *The Indonesian Journal of Health Promotion Open Access Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review Non Pharmacological Therapy in Blood Pressure Control in Hypertensive Patients: Systematic Review. Mppki, 2(3), 192–199.*
- Brunner dan Suddarth, (2015). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam*. EGC. Jakarta
- Budiana, A.M. (2013). *Buah Ajaib Tumpas Penyakit*. Jakarta:PenebarSwadaya.
- Departemen Riset Kesehatan Dasar/Riskesdas Kaltim.(2016). *Prevalensi penyakit hipertensi di Kalimantan Timur*.
- Hafiz, M., Weta, I. W., & Ratnawati, N. L. K. A. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung Tahun 2016. *E-Jurnal Medika, 5(7), 1–23*.
- Hardini, S., Putri, L. E., Herlina, A., & Saintika, S. S. (2017). *Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Solok pada tahun 2016 ,. 212–220*.
- Ikafah, (2016). Perbedaan Penurunan Tekanan Darah Lansia dengan Obat Anthihipertensi dan Terapi Rendam Air Hangat di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Tamalanrea Makasar. *Pharmacon, Jurnal Ilmiah Farmasi, 05(02);228-235*.
- Jaelani. (2009). *Buku Aroma Terapi Ed. 1*. Jakarta : Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Jaya, H., Triwani, T., Yasin, H., Marwoto, J., dan Lukman, L., (2014). Hubungan Pola Dermatoglifi dengan Hipertensi Essensial. *Jurnal Keperawatan Soedirman,9(2), 126-133*
- Junadi, Yulianti, Rinata. (2013). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta selatan : Fmedia (Imprint Agro Media Pustaka)
- Kaina. (2006). *Pengaruh Aromaterapi Dalam Kehidupan Anda*. Yogyakarta: Grafindo Litera Media
- Kristanti, EE. (2010). Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan derajat

- kecemasan lansia di Panti Wreda ST. Yoseph Kediri. *Jurnal STIKES RS Baptis Kediri, Vol 3, No2.*
- Koensoemardiyah. (2009). *A-Z Aromaterapi untuk Kesehatan, Kebugaran dan Kecantikan.* Yogyakarta: Lily Publisher.
- Lestari, N. (2019). Hubungan Tingkat Ekonomi dan Jenis Pekerjaan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas. *Borneo Student Research, 269–273.*
- Lytle Jamie, RN, BSN, Mwatha Catherine, RN, BS, Davis Karen K, RN, PhD. (2014). *Effect of Lavender Aromatherapy on Vital Signs and Perceived Quality of Sleep in the Intermediate Care Unit :A Pilot Study. American Journal of Critical Care, volume 23, No.1.*
- M. Ridho. (2015). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Sungai Bundung Laut Kabupaten Mempawah.
- Manutung, A. (2018). *Buku Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Hipertensi.* Malang : Wineka Media
- Mulyadi. (2016). Efektifitas Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Hipertensi Dengan Gejala Nyeri Kepala Di Puskesmas Baki Sukoharjo.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku* Jakarta: Rineka Cipta
- Nugraheni, D. H. (2016). *Asuhan Keperawatan Keluarga Bp. Y Dengan Fokus Utama Pada Ibu A Menderita Hipertensi Di Desa Srowot Kecamatan Kalibagor Kabupaten Banyumas* (Doctoral Sjahranie Samarinda Tahun 2018)
- Nurachman. (2004). Reseptor Bau Dan Organisasi Sistem Pembauan.
- Nurarif, A.H. & Hardhi Kusuma. (2015). *Apilkasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis & NANDA NIC-NOC.* Jogjakarta : Mediacion Publishing
- Nuraini, D. N. (2014). *Aneka Manfaat Bunga Untuk Kesehatan* (Cetakan 1). Yogyakarta: Gava Media.
- Novita Dwi Putri, Siti Sarifah, N. S. M. (2019). Pemanfaatan Aroma Terapi Mawar Terhadap Pepurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hiperten. *Jurnal Publikasi*
- Nurul, mas'ud waqiah. (2013). Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar. *Persepsi Masyarakat Terhadap Perawatan Ortodontik Yang Dilakukan Oleh Pihak Non Profesional, 53(9), 1689–1699.*

- PPNI, (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Septianty, L., Ariana, N., & Ichsan, B. (2015). Efektivitas pemberian aromaterapi terhadap pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Tangjungpura. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 3(1), 1–8.
- Perez, C., (2003). Clinical Aromatherapy Part I: *An Introduction Into Nursing Practice. Clinical Journal Of Oncology Nursing. Volume 7, Number 5.*
- Smeltzer, Suzanne C. dan Bare, B. G. (2002). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth*(Edisi 8). Jakarta: EGC.
- Sutrisno, Widayati, C. N., & Rahmawati, I. P. (2021). Pengaruh Pemberian Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi Dusun Pengkol, Desa Depok, Kecamatan Toroh. *Journal of TSCNers ESSN: 2503-2453, Vol.6.*
- Tambuwun, C. F. D., Panda, A. L., & Rampengan, S. H. (2016). Gambaran pasien gagal jantung dengan penyakit hipertensi yang menjalani rawat inap di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado periode September – November 2016. *E-CliniC*, 4(2).
- Ulfa Azhar, M., Islam Negeri Aluddin Makassar, U., & Penulis, K. (2019). *The Indonesian Journal of Health Promotion Open Access Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review Non Pharmacological Therapy in Blood Pressure Control in Hypertensive Patients: Systematic Review. Mppki*, 2(3), 192–199.
- Wulan, E. S., & Wafiyah, N. (2018). Perubahan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma Terapi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kabupaten Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(1), 10.

## LAMPIRAN

*Lampiran 1***Jadwal Penelitian**

NO	KEGIATAN	Bulan/Minggu ke-																			
		Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan Proposal KTI	■	■	■	■	■	■														
2	Seminar Proposal KTI						■	■	■												
3	Revisi Proposal KTI							■	■	■											
4	Persiapan Penelitian									■	■	■									
5	Pelaksanaan Penelitian									■	■	■	■	■							
6	Pengolahan Data/bimbingan									■	■	■	■	■							
7	Laporan KTI										■	■	■	■							
8	Sidang KTI														■	■	■				
9	Revisi Laporan KTI															■	■	■			

*Lampiran 2*

No	Jenis Pengeluaran	Pengeluaran
1	Biaya Internet (Kuota)	Rp. 300.000,-
2	Biaya Print Proposal Penelitian	Rp. 200.000,-
3	Biaya Print Hasil Penelitian	Rp. 200.000,-
4	Biaya Tranfortasi	Rp. 80.000,-
Total		Rp. 780.000,-