

# Pengaruh Intervensi Aromaterapi Lavender terhadap Kestabilan tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang

Indah Milani<sup>1\*</sup>, Burhanto<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia.

\*Kontak Email: [indahmeilani036@gmail.com](mailto:indahmeilani036@gmail.com)

Diterima: 19/07/21

Revisi: 14/10/21

Diterbitkan: 24/08/22

---

## Abstrak

**Tujuan studi:** Ingin mengetahui Pengaruh Intervensi Aromaterapi Lavender Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang

**Metodologi:** Jenis penelitian ini menggunakan Pre-eksperimen, dengan desain rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pretest-posttest. Pada desain ini tidak ada kelompok pembandingan (kontrol) dengan jumlah responden sebanyak 17 orang

**Hasil:** Ada Pengaruh Intervensi Aromaterapi Lavender Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang

**Manfaat:** Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan ilmu pengetahuan tentang intervensi pemberian aromaterapi terhadap kestabilan tekanan darah pada pasien hipertensi sehingga dapat diaplikasikan dengan baik di masa depan

## Abstract

**Purpose of study:** Want to know the Effect of Lavender Aromatherapy Intervention on Blood Pressure Stability in Hypertension Patients in Sidomulyo Village, Tabang District

**Methodology:** This type of research uses pre-experiment, with the design used in this study is one group pretest-posttest. In this design there is no comparison group (control) with a total of 17 respondents

**Results:** There is an Effect of Lavender Aromatherapy Intervention on Blood Pressure Stability in Hypertension Patients in Sidomulyo Village, Tabang District

**Applications:** With this research, it is hoped that it can increase knowledge and scientific insight about the intervention of giving aromatherapy to the stability of blood pressure in hypertensive patients so that it can be applied properly in the future.

---

**Kata kunci:** Aromaterapi Lavender, kestabilan tekanan darah, Penderita Hipertensi

## 1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) memperkirakan hipertensi merupakan satu dari delapan kematian di seluruh dunia. Satu miliar orang di seluruh dunia menderita tekanan darah tinggi, dan 4 juta di antaranya meninggal karena penyakit ini setiap tahun. World Health Organization (2013) mengemukakan bahwa hipertensi merupakan salah satu penyebab utama penyakit jantung dan stroke, dan keduanya merupakan penyebab utama kematian dini dan kecacatan akibat hipertensi ([World Health Organization, 2013](#)).

Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit jantung dan stroke. Hipertensi disebut juga "silent disease" karena tidak ada tanda atau gejala yang terlihat dari luar. Hipertensi berkembang perlahan, tetapi berpotensi berbahaya. Faktor yang mempengaruhi hipertensi arteri. Adanya faktor yang dapat dikendalikan, seperti obesitas, penggunaan narkoba, gaya hidup, stres, dan faktor yang tidak dapat dikendalikan seperti usia, riwayat keluarga, dan jenis kelamin. Jika tidak diobati, tekanan darah tinggi dapat menyebabkan banyak penyakit berbahaya, termasuk stroke, serangan jantung, gagal jantung kongestif, dan gagal ginjal stadium akhir ([Hinkle & Cheever, 2018](#)).

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah lebih tinggi dari normal; H. Tekanan darah sistolik lebih tinggi dari 140 mmHg. dan tekanan darah diastolik lebih besar dari 90 mmHg. Komplikasi atau komplikasi menyebabkan kematian. Komplikasi yang mungkin terjadi antara lain penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke yang fatal ([Kemenkes, 2014](#)).

WHO menyebutkan bahwa pada tahun 2025, seiring dengan penambahan penduduk, jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat, diperkirakan sekitar 29% penduduk dunia menderita hipertensi, dimana 40% diantaranya adalah penderita hipertensi. Luas wilayah Amerika Serikat adalah 35%, dan Asia Tenggara-36%. DiAsia, 1,5 juta orang meninggal karena penyakit ini setiap tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sepertiga orang menderita tekanan darah tinggi. Di Indonesia, proporsi ini cukup tinggi, mencapai 32% dari total Populasi ([Darmindro, Sarwono, 2017](#)).

Meningkatnya insiden hipertensi menjadi perhatian global. Menurut prediksi World Health Organization, pada tahun 2025, 25% orang dewasa di seluruh dunia akan terkena hipertensi ([Kemenkes RI, 2014](#)). Menurut WHO, pada tahun 2013, prevalensi global hipertensi tertinggi di Afrika yaitu 46n orang dewasa terendah di Amerika Serikat setinggi 35% ([WHO, 2013](#)).

Prevalensi hipertensi di Asia Tenggara mencapai 36,6 %. Angka kejadian hipertensi akan terus meningkat, dan diperkirakan pada tahun 2025, sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia akan menderita hipertensi. Pada tahun 2018, kejadian hipertensi arteri menempati urutan pertama penyakit tidak menular dengan 185.857 kasus, diikuti diabetes tipe 2 dengan 46.174 kasus, disusul obesitas, dengan 13.820 kasus ([Jaelani, 2018](#)). Dalam penelitian kedokteran dasar di Indonesia tahun 2018, hipertensi adalah 8, dan prevalensi hipertensi 33,8%. Menurut Riskeddas, prevalensi pasien hipertensi arteri meningkat sejak tahun 2013 dan menjadi 35,2% pada tahun 2014. Insiden tekanan darah tinggi meningkat. Menurut provinsi di Indonesia, Kalimantan Timur kini menduduki peringkat kedelapan di Indonesia. Hal ini didukung oleh data Profil Kesehatan Kaltim yang menempatkan hipertensi pada urutan keenam dari 10 besar penyakit hipertensi esensial/esensial. Sebanyak 4.931 kasus atau 37,1% (Jaelani, 2018). Pengobatan hipertensi adalah pengobatan jangka panjang atau bahkan seumur hidup. Obat ini sangat penting untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi, namun kebanyakan pasien hipertensi meminumnya karena komplikasi dari penyakit lain atau kelainan pada organ tertentu yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi ([Hinkle dan Cheever, 2018](#)). Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu obat dan non obat. Terapi obat bersifat jangka panjang. Obat yang digunakan untuk mengatasi hipertensi adalah diuretik, beta blocker, ACE inhibitor, angiotensin II blocker, antagonis kalsium, dan vasodilator ([Rusdi, 2009](#)). Terapi non-obat terutama merupakan tindakan terpisah dan tidak memiliki efek samping yang nyata. Terapi non-obat dapat digunakan selain untuk mencapai perawatan obat yang lebih baik, dan telah terbukti dapat mengontrol dan mempertahankan tekanan darah.

**2. METODOLOGI**

Jenis penelitian ini menggunakan Pre-eksperimen, dengan desain rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pretest-posttest. Pada desain ini tidak ada kelompok pembandingan (kontrol) dengan jumlah responden sebanyak 17 orang

**3. HASIL DAN DISKUSI**

a. Analisa Univariat dari Karakteristik Responden

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik responden. Berdasarkan angket yang telah diisi, distribusi frekuensi dari seluruh variabel yaitu: umur, jenis kelamin dan pekerjaan diuraikan dengan hasil sebagai berikut :

1) Umur Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan kategori umur responden di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara Tahun 2021

Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
37	1	5.9
39	1	5.9
40	1	5.9
42	2	11.8
45	1	5.9
46	2	11.8
47	2	11.8
48	1	5.9
49	1	5.9
50	1	5.9
57	1	5.9
58	1	5.9
62	1	5.9
65	1	5.9
<b>Total</b>	<b>17</b>	<b>100.0</b>

Sumber Data Primer

Berdasarkan Tabel 1, responden pada kelompok usia terutama antara 46-55 dan 7 (42,2%), diikuti oleh 6 (35,3%) pada kelompok usia 36-45 tahun, dan rentang usia dalam kisaran 56-65 tahun, Ada 4 orang (23,5%). Menurut Kementerian Kesehatan (2015), kelompok umur tersebut terutama adalah kelompok usia muda.

2) Jenis Kelamin

Tabel 2 Distribusi Frekuensi berdasarkan Jenis Kelamin pada Responden di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara Tahun 2021

No	Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
1	Laki-laki	9	52.9
2	Perempuan	8	47.1
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Hasil olah data responden pada SPSS di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang, 2021.

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa responden didominasi laki-laki sebanyak 9 responden (52,9%) dan responden Laki-laki sebanyak 8 responden (47,1%).

3) Jenis Pekerjaan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Pekerjaan pada Responden di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara Tahun 2021

No	Jenis Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
1	IRT	3	17.6
2	Petani	7	41.2
3	Swasta	2	11.8
4	Wiraswasta	5	29.4
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Hasil olah data responden pada SPSS di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang, 2021.

Tabel 3 menunjukkan hasil mayoritas responden bekerja sebagai petani sebanyak 7 responden (41,2%), responden yang bekerja di bidang wiraswasta sebanyak 5 responden (29,4%), sebagai IRT sebanyak 3 responden (17,6%) dan bekerja di sektor swasta sebanyak 2 responden (11,8% %).

b. Kestabilan Tekanan Darah

1) Tekanan darah Sistolik sebelum dan setelah diberikan Intervensi aromaterapi lavender.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Tekanan darah Sistolik Sebelum intervensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara Tahun 2021

Sumber : Hasil olah data responden pada SPSS di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang, 2021

No	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
1	145	1	5.9
2	149	1	5.9
3	152	1	5.9
4	155	3	17.6
5	158	1	5.9
6	159	1	5.9
7	160	4	23.5
8	165	5	29.4
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

Sumber Data Primer

Dari Tabel 4 menunjukkan nilai sistolik dalam kategori hipertensi stage I sebanyak 8 responden (47,1%) dan hipertensi Stage II sebanyak 9 responden (52,9%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tekanan darah Sistolik Setelah intervensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara Tahun 2021

No	Tekanan Darah Sistolik (mmHg)	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
1	120	4	23.5
2	125	1	5.9
3	128	1	5.9
4	129	1	5.9
5	130	7	41.2
6	133	1	5.9
7	139	1	5.9
8	150	1	5.9
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Hasil olah data responden pada SPSS di Desa Sidomulya Kecamatan Tabang, 2021

Dari Tabel 5 menunjukkan tekanan darah sistole dalam kategori normal antara 120-139 mmHg sebanyak 16 responden (94,11%) dan hipertensi stage I yakni 150 mmHg sebanyak 1 responden (5.9%)

Tabel 6 Analisis Variabel Tekanan darah Sistole di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutakertanegara Tahun 2021

No	Variabel	Mean	Median	SD	Min-Maks
1	Pre Intervensi	158	160	5.98	145-165
2	Post Intervensi	129	130	7.52	120-150

Sumber : Hasil olah data responden pada SPSS di Desa Sidomulya Kecamatan Tabang, 2021.

Tabel 6 di atas menunjukkan nilai rerata skor tekanan darah sistole sebelum intervensi aromaterapi lavender 158 mmHg, dengan standar deviasi 5,98 dan nilai rentang antara 145-165 mmHg. Pengukuran setelah dilakukan intervensi aromaterapi lavender didapatkan rerata yaitu 129 mmHg, standar deviasi 5,52 dengan nilai terendah 120 mmHg dan nilai tertinggi sistole 150 mmHg.

2) Tekanan darah Diastole sebelum dan setelah diberikan Intervensi Aromaterapi Lavender.

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Tekanan darah Diastole Sebelum intervensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara Tahun 2021

No	Tekanan Darah Diastole (mmHg)	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
1	80	1	5.9
2	89	1	5.9
3	90	5	29.4
4	92	2	11.8
5	95	2	11.8
6	97	1	5.9
7	98	2	11.8
8	100	3	17.6
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Hasil olah data responden pada SPSS di Desa Sidomulya Kecamatan Tabang, 2021.

Tabel 7 menunjukkan bahwa sebagian besar nilai tekanan darah diastolik pra intervensi pada hipertensi Tipe I adalah antara 90-99 mmHg. Seni MmHg. Tekanandarahdiastolik dalam kategoritekanan darah:normal,yaitu 80-89 mmHg. seni. Hingga 2 responden (11,4%).

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Tekanan darah diastole Setelah intervensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara Tahun 2021

No	Tekanan Darah Diastole (mmHg)	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
1	70	1	5.9
2	75	2	11.8
3	78	1	5.9
4	80	6	35.3
5	81	1	5.9
6	82	1	5.9
7	83	1	5.9
8	85	1	5.9
9	87	2	11.8
10	90	1	5.9
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Hasil olah data responden pada SPSS di Desa Sidomulya Kecamatan Tabang, 2021

Dari Tabel 8 menunjukkan tekanan darah diastole dalam kategori normal rentang antara ≤89 mmHg sebanyak 16 responden (94,11%) dan hipertensi stage I yakni 90 mmHg sebanyak 1 responden (5.9%).

Tabel 9 Analisis Variabel Tekanan darah Diastole di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutakertanegara Tahun 2021

No	Variabel	Mean	Median	SD	Min-Maks
1	Pre Intervensi	93.29	92	5.31	80-100

2	Post Intervensi	80.76	80	4.88	70-90
---	-----------------	-------	----	------	-------

Sumber : Hasil oleh data responden pada SPSS di Desa Sidomulya Kecamatan Tabang, 2021.

Tabel 9 di atas menunjukkan nilai rerata skor tekanan darah diastole sebelum intervensi pemberian aromaterapi lavender sebesar 93,29 mmHg, dengan standar deviasi 5,31 dan nilai rentang antara 80-100 mmHg. Pengukuran setelah dilakukan intervensi aromaterapi lavender didapatkan rerata yaitu 80,76mmHg dengan nilai terendah 70 mmHg dan nilai tertinggi diastole 90 mmHg.

**c. Analisa Bivariat**

Analisis duadimensi adalah analisis yang menentukan interaksi dua variabel dengan cara perbandingan, korelasi, dan korelasi (Nursalam, 2014). Analisis data dalam penelitian ini tidak menggunakan uji parametrik, karena data bersifat rahasia, sehingga uji Wilcoxon tidak dapat digunakan untuk uji parametrik untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap stabilitas tekanan darah pasien hipertensi. Hasil yang diperoleh dapat dijelaskan pada tabel di bawah ini:

Tabel 10 Uji Normalitas Sebelum dan Sesudah intervensi aromaterapi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten KutaiKartanegara tahun 2021

Obeservasi Hari Pengukuran Tekanan Darah	Sebelum Intervensi		Setelah Intervensi		Keterangan
	Sistole	Diastole	Sistole	Diastole	
Hari 1	0.001	0.000	0.003	0.001	tidak normal
Hari 2	0.000	0.006	0.131	0.030	tidak normal
Hari 3	0.025	0.003	0.001	0.047	tidak normal

Sumber: data primer

Hasil uji ststistik dari tabel 10 menunjukkan data sistole dan diastole mayoritas berdistribusi tidak normal. Uji statistik bivariat dilakukan dengan statistik nonparametrik dengan menggunakan uji *wilcoxon*. Hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut

Tabel 10 Hasil uji *wilcoxon sign Rank Test* Perubahan tekanan darah Sistole Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi pemberian aromaterapi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutaikertanegara tahun 2021

Tekanan Darah Sistole	Aroma Terapi	Mean ±SD	Z	P
Skor	Sebelum	155± 9.0	-3.643	0.000*
	Sesudah	120± 8.5		
Tekanan Darah diastole				
Skor	Sebelum	90± 6.4	-3.520	0.000*
	Sesudah	75± 4.8		

Sumber : Hasil oleh data responden pada SPSS di Desa Sidomulya Kecamatan Tabang, 2021

Tabel 10 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik adalah 155 mmHg setelah 3 suntikan lavender sebelum intervensi aromaterapi. Hasil tekanan darah diastolik diukur sebelum intervensi aromaterapi dimula pada 90 mmHg. seni. Sampai 75mmHg. seni. Setelah tiga intervensi aromaterapi. Uji statistik yang digunakan oleh adalah uji jarak plot Wilcoxon untuk data abnormal. Analisis tekanan darah sistolik memberikan nilai p = 0,000 dan It; = 0,05 yang berarti H0 dibelokkan. Ha diterima yang artinya penderita hipertensi di Desa Sidomulyo Kabupaten KutaiKartanegara Kabupaten Tabang berdampak pada kestabilan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah menggunakan aromaterapi lavender.

Jika Anda melihat score jumlah periode sistolik, hasilnya adalah 3643 dan periode diastolik adalah 3522. Artinya z-tabel (2,11 sd 2,11) dibandingkan dengan z-tabel dengan signifikansi 5% berarti hitung berada di luar z-score tabel, sehingga dapat disimpulkan diterima yang artinya ada adalah aromaterapi untuk menstabilkan tekanan darah, tekanan darah sistolik dan diastolik, tetapi tidak begitu kuat. Artinya aromaterapi lavender bukanlah terapi utama, karena merupakan terapi tambahan terhadap terapi obat, sehingga aromaterapi memiliki pengaruh yang signifikan namun tidak terlalu kuat.

**Pembahasan**

Pembahasan adalah perbandingan antara hasil penelitian dengan teori serta penelitian yang terkait. Penelitian ini merupakan penelitian tentang pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kestabilan tekanan darah pasien hipertensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara

**1. Analisa Univariat**

**a. Jenis Kelamin**

Pada April 2021, survei yang dilakukan di Desa Sidomulyo, Kabupaten Tabang, Kabupaten KutaiKartanegara, menunjukkan

bahwa 9 laki-laki (52,9%) dan 8 perempuan (47,1%) pasien hipertensi terlibat oleh. Sebagian besar yang diwawancarai adalah laki-laki.

Gender adalah faktor yang tidak dapat diubah yang mempengaruhi tekanan darah. Di sisi lain, penelitian lain oleh Wahyuni dan Eksanoto (2013) menemukan bahwa wanita lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan pria, dan 27,5% wanita menderita hipertensi. Untuk pria hanya 58%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 65,2% penderita hipertensi terjadi pada penderita hipertensi wanita dan 34,8% pada pria (Swandari, Mika Trikumala., Rohmah NN., 2018). Hal ini menunjukkan bahwa dibandingkan dengan pria yang disurvei, wanita memiliki risiko lebih tinggi terkena hipertensi, yang berarti hasil penelitian sebelumnya berbeda dengan hasil penelitian para peneliti. Perbedaan hasil tersebut berkaitan dengan perbedaan karakteristik umur responden kelompok perempuan. Responden pada penelitian sebelumnya tergolong dalam dua jenis yaitu umur tua dan umur lanjut. Hasil penelitian perempuan sekarang dapat dilihat dalam penelitian ini pada faktor menopause dibandingkan dengan laki-laki pada usia yang sama. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari 8 orang yang diwawancarai mengalami menopause, dan 6 di antaranya mengalami menopause. Ini mungkin disebabkan oleh perbedaan hormon dan gaya hidup. Mekanisme perlindungan vaskular estrogen menghilang setelah menopause (Regnault, V., Lacolley, P. dan Safar, 2018). Artinya, wanita menopause mempengaruhi fungsi jantung dan jantung, yang pada gilirannya mempengaruhi peningkatan tekanan darah.

Sebuah studi oleh Protogerou et al. (2017) menjelaskan bahwa wanita berusia 55 tahun mengalami penurunan aktivitas estrogen, yang merusakotelium arteri karotis dan brakialis, yang mempengaruhi elastisitas pembuluh darah dan menyebabkan darah meningkat secara otomatis. Stres (Protogerou et al., 2017).

Meskipun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa populasi laki-laki lebih besar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa risiko hipertensi pada kelompok laki-laki mungkin berhubungan dengan usia, hal ini terlihat dari rentang usia 39-62 tahun laki-laki yang disurvei dalam penelitian ini. Sebuah studi oleh Wenger (2018) menunjukkan bahwa pada tahun 1859, pria lebih mungkin menderita tekanan darah tinggi daripada wanita. Dari wawancara tambahan dengan responden laki-laki, 9 responden yang termasuk dalam sampel menyatakan bahwa merokok dan kurang memperhatikan pola hidup sehat, seperti kurang berolahraga karena kebutuhan pekerjaan, dapat memicu risiko tekanan darah tinggi.

Dijelaskan pula bahwa penyakit degeneratif yang terjadi pada laki-laki dan perempuan berbeda jenis kelamin muncul dalam kehidupan dan kebiasaan makan mereka, dan perempuan lebih memperhatikan aspek-aspek tersebut dibandingkan laki-laki (Bruno et al., 2016). Everett dan Zajacova (2015) menunjukkan bahwa pria memiliki tekanan darah lebih tinggi daripada wanita karena kesadaran pria akan hipertensi lebih rendah daripada wanita (Everett dan Zajacova, 2015). 18,6% pria dan 17,4% wanita memiliki tekanan darah tinggi (Indrawati et al., 2019), yang berarti dibandingkan dengan wanita, faktor risiko tekanan darah tinggi lebih mungkin terjadi pada kelompok pria.

Ketika pria dengan tekanan darah tinggi disurvei, mereka mengatakan bahwa mereka lebih suka makan makanan apa pun yang bisa mereka temukan dan merokok, terutama saat mereka pergi. Selain itu, pekerja kantoran cenderung lebih banyak beraktivitas di tempat kerja, sehingga cenderung malas berolahraga karena lebih banyak menghabiskan waktu di tempat kerja. Penelitian

menegaskan hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi  $\text{sig} (0,666) > (0,05)$  menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kendari Pravatu. Kota Hipertensi. (Fatmawati dkk., 2017). Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi pria pada kelompok hipertensi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol, dan risiko pria menderita hipertensi secara signifikan lebih tinggi dibandingkan wanita sebesar 1,25 kali (Rahajeng dan Tuminah, 2019).

Dari sini dapat disimpulkan bahwa menurut hasil penelitian ini, risiko hipertensi pada kelompok responden laki-laki berhubungan dengan pola makan dan gaya hidup.

#### b. Umur

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Desa Sidomurio, Kabupaten Tabang, Kabupaten Kutai Negara pada April 2021, data menunjukkan bahwa penduduk dengan hipertensi berusia 42,46 tahun (11,8%) dan berusia 62 tahun hingga 62 tahun. -2-17 responden (11,8%). Dibandingkan dengan kategori lainnya, kategori termuda terdiri dari orang muda dan orang tua, masing-masing dengan 2 responden (11,8%).

Menurut Nuswantari (2018), usia itu penting, yaitu H. Bagi orang normal dengan derajat perkembangan anatomi dan fisiologis yang sama secara kronologis, waktu keberadaan seseorang diukur dalam satuan waktu (Nuswantari, 2018). Definisi tersebut menjelaskan bahwa usia merupakan ukuran umur seseorang. Sejak lahir (Hoetomo, 2015). Usia merupakan faktor terpenting yang mempengaruhi penyakit degeneratif, termasuk tekanan darah tinggi. Penuaan manusia merupakan proses fisiologis yang terjadi pada setiap orang, seiring bertambahnya usia akan mengalami berbagai masalah fisik, mental dan psikologis.

Usia merupakan faktor kunci terjadinya hipertensi, dan juga merupakan faktor pendukung kebiasaan hidup atau gaya hidup. Menurut penelitian Nuraeni (2019), nilai p-value adalah 0,0001, yang berarti ada hubungan yang signifikan antara usia dengan hipertensi (Nuraeni, 2019). Hasil penelitian ini didukung oleh orang-orang yang percaya bahwa usia adalah salah satu penyebab tekanan darah tinggi.

Dengan bertambahnya usia, otomatis tekanan darah akan meningkat secara signifikan (Black and Hawks, 2014). Peningkatan tekanan darah ini disebabkan oleh kondisi morfologi pembuluh darah yang kaku saat disentuh, kurang elastis, dan lebih tebal (aterosklerosis). Kondisi ini menyebabkan jantung mengembang, memompa darah, dan mendistribusikan darah ke seluruh tubuh (McPhee dan Ganong, 2011). Aspek lain yang berkaitan dengan usia dapat dijelaskan sebagai semakin tua tingkat kematangan dan kekuatan seseorang, semakin baik kemampuan mereka untuk berpikir dan bekerja (Nursalam,

2013).

Menurut uraian sebelumnya, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar yang diwawancarai adalah kepala rumah tanggadalamkelompok usia ini. Menurut WHO, mereka adalah orang dewasa. Pada usia ini, yang diwawancarai mampu mengumpulkan berbagai bentuk informasi.Keputusan-membuat-mampu berpikir rasional, mengendalikan emosi, dan lebih toleran terhadap orang lain. Kelompok usia ini juga dianggap cukup dewasa baik jiwa maupun raganya untuk merawat anggota keluarga yang sakit (Nuraenah, 2018).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa di kalanganlansia, sebanyak 4 responden (23,64%) menderita hipertensi derajat 1 (hipertensi ringan), sedangkan kelompok usia dewasa lebih tinggi yaituH.Tiga belas responden (76,5%) memiliki hipertensi ringan dan sedang. Juwang,Lambert, dan Lebert (2017) percayabahwa semakin tuausia, semakin tinggi risiko hipertensi, dan semakin besar kemungkinan mereka akan mengalami hipertensi karena proses degeneratif.

Hasil wawancara terhadap 17 responden hipertensi lebih spesifik, sebanyak 10 responden menyatakan memiliki kebiasaan makan ikan asin yang biasanya d idapat saat membeli atau mengolah ikan kaleng atau ikan asin. Olahan ikan asin terkadang dijual sebagai lauk atau lauk untuk makan sehari-hari, dan lebih sering dikonsumsi. Selain itu, orang yang diwawancarai menyatakan bahwa mereka tidak mengetahui konsekuensi dari konsumsi ikan asin secara teratur. Kebiasaan mengonsumsi ikan asin sebagai lauk sehari-hari sudah diturunkandari generasi ke generasi.

Hipotesis yang dapat peneliti lihat adalah bahwa hipertensi stadium I terjadi pada orang dewasa pada kelompok umur,yang dapat berubah secara fisiologis dengan bertambahnya usia dan gaya hidup, yang akan mempengaruhi kejadian hipertensi stadium I/stadium I.

### c. Pekerjaan

Menurut survei yang dilakukan di Desa Sidumurio, Kabupaten Tabang, Kabupaten KutaiKta Negara pada April 2021, responden penderita tekanan darah tinggi dalam survei tersebutmenunjukkan bahwa di antara 17 responden, kategori pekerjaan yang paling penting adalah petani,dengan hanya 7 responden (41,2%).), dandari total 2 responden, jumlah responden terkecil (11,8%) adalah pegawai swasta.

Definisi kerja adalah kegiatan aktif yang dilakukan oleh orang.Sebenarnya, istilah "pekerjaan"mengacupada tugas atau pekerjaan melakukan pekerjaan yang berharga dengan imbalan uang seseorang. Pekerjaan sementara diklasifikasikan sebagaipekerjaan (Wikipedia, 2014)

Lebih lanjut dijelaskan bahwa pekerjaan yang dilakukan seseorang dalam jangka waktu yang lebih lama disebut profesi. Seseorangdapat bekerja untuk beberapa perusahaan sepanjangkarirnya, tetapi masih bekerjadi pekerjaan yang sama. Status pekerjaan adalah kedudukan seseorang ketika melakukan suatu usaha atau kegiatan tertentu.

Indikatordasar seperti kategori atau pengelompokan tampilan pekerjaan, yaitu kelompok kerja penduduk, yaitu pekerja tidak tetap (pekerja), wiraswasta, wiraswasta, dan pekerja rumah tangga. Wiraswasta biasanya dibagi menjadi dua bagian: mereka yang memulai bisnis dengan bantuan pekerja dan mereka yang bekerja tanpa bantuan pekerja mendapatkan bayaran, dan pekerja rumah tangga juga disebut pekerja tidak dibayar.

Pekerjaan memiliki cakupan pengetahuan yang luas di bidang pekerjaan (Embi, 2008). Ketika pekerjaan kepala rumah tangga memenuhi kebutuhan layanan kesehatan atau institusi medis, asumsi peneliti tentang karakteristik responden yangberpengetahuan tidak terlalu relevan. KutaiKertanegara memiliki fasilitas kesehatan atau jaminan yang diberikan oleh pemerintah daerah atau pusat. Namun, pekerjaan yang berhubungan dengan kesehatan sedikit banyak mempengaruhi gaya hidup sehat, termasuk kunjungan dokter dan gaya hidup sehat.

cara kerja penderita darah tinggi sebagian besar berad apada kategori petani dengan jumlah responden mencapai 7 orang (41,2%). Hal ini dapatdijelaskandengan fakta bahwa petani menghabiskan lebih banyak waktu untuk bertani atau bekerja, sehingga mengurangi waktu yang dihabiskan di ruang kantor karena lamanya perawatan medis Puskesmas.Oleh karenaitu, waktu pelayanan yang sesuai dengan jam kerja yang direncanakan menyebabkan penurunan keberadaan fasilitas kesehatan untuk commissioning dan hari berikutnya. Para peneliti mewawancarai sekelompok petani yang mengatakansulit bagi mereka untuk mengunjungi atau berpartisipasi dalam institusi medis. Karena mereka harus pergi ke pedesaan untuk menghindariPosiandu atau Puskesmas

Kajianmenunjukkanbahwa terdapat faktor yang berhubungan dengan pemanfaatan pelayanan kesehatan di wilayahkerja Puskesmas Tambarana Kecamatan Poso Poso Pesisir Utara Kabupaten Poso percaya bahwa Pemrakarsa Kunjungan akan berdampak bila  $p = 0,000$  (Napirah et al. ., 2016).

Asumsi terkait pekerjaan yang dapat peneliti jelaskan adalah responden memilikipekerjaan sehingga tidak mempunyai waktu untuk mengunjungi fasilitas kesehatan di Pustesmas atau Posyandu, Desa Sidumulio, Kecamatan Tabang, Kabupaten KutaiKtanegara

### d. Tekanan darah sebelum dan setelah diberikan Intervensi Aromaterpai Lavender.

#### 1) Tekanan darah Sebelum intervensi Aromaterapi Lavender

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 8 pasien (47,05%) dengan tekanan darah sistolik tipeI pada hipertensi sebelum intervensi, dan 12 pasien (70,58%) dengan tekanandarah diastolik yang sama dengan tekanan darah grade I. Menurut (Enidan Wijaya, 2017), ada faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Faktor yang dapat diubah antara lain stres, berat badan, kontrasepsi oral wanita, asupan garam berlebihan, dan merokok. Faktor yang tidak dapat diubah adalah usia, keturunan, jenis kelamin, dan aktivitas fisik. Aktivitas fisik membutuhkan energi, yaitu suplai oksigen dan nutrisi yang lebih cepat (peningkatan tekanan darah). Teori ini mendukung penelitian bahwa sebagian besar pasien hipertensi adalah wanita.

Hasil penelitian Damayanti et al.(2018), mereka percaya bahwa usia adalah salah satu alasan peningkatan tekanan darah.

Tekanan darah juga meningkat seiring bertambahnya usia (Damayantie et al., 2018). Hal ini karena seiring bertambahnya usia, pembuluh darah akan menjadi lebih besar, lebih keras, kurang elastis, dan lebih tebal, sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah.

Dari karakteristik responden yang mendapatkan aromaterapi lavender di tempat kerja, dari 17 responden tersebut terlihat bahwa sebagian besar responden—pekerja manual—adalah petani, yaitu sebanyak 7 orang (41,2%). Ketika seseorang bekerja keras atau ketika staf merasa bekerja: berlebihan, ketidakmampuan untuk bersantai, kecemasan, gugup, tegang, tekanan darah tinggi dan gangguan pencernaan. Berdasarkan karakteristik dari 17 responden saat melakukan aromaterapi lavender, dapat diketahui bahwa jenis kelamin responden adalah 9 responden laki-laki (52,9%) dan 8 responden wanita (47,1%). Setengah baya, sekitar 45 tahun, diketahui bahwa tekanan darah tinggi lebih sering terjadi pada pria. Diketahui bahwa wanita yang mengalami menopause memiliki peningkatan risiko hipertensi.

Dari uraian di atas, para peneliti mengatakan bahwa usia merupakan faktor yang menyebabkan peningkatan tekanan darah; H. Seiring bertambahnya usia seseorang, tekanan darahnya juga akan meningkat, dan faktor lain juga akan mempengaruhi pekerjaan, jika orang yang Anda lakukan melakukan pekerjaan berat untuk bekerja. Emosi akan menjadi tidak stabil dan stres akan meningkat.

Wawancara dengan narasumber menunjukkan bahwa ketika sebanyak 10 orang yang diwawancarai tidak memperhatikan komposisi makanan yang mereka makan, yang diwawancarai juga menyebutkan tekanan darah tinggi. Menurut laporan, kebiasaan keluarga mengolah bahan makanan dengan mengonsumsi ikan asin tidak sesuai dengan pola makan keluarga yang menjadi salah satu penyebab tekanan darah tinggi. Ada

faktor penyebab tekanan darah tinggi, ada faktor yang bisa diubah, dan ada faktor yang tidak bisa diubah (Stevens et al., 2011). Faktor yang berubah antara lain stres, berat badan, kontrasepsi oral wanita, konsumsi garam berlebihan, dan merokok (Ardiyansyah, 2012). Namun, faktor yang tidak dapat diubah adalah usia, keturunan, jenis kelamin, dan aktivitas fisik. Aktivitas fisik membutuhkan energi, sehingga Anda membutuhkan aliran yang lebih cepat untuk mengantarkan oksigen dan nutrisi (Arnett, 2014).

Hipertensi esensial di desa Sidomulo disebabkan oleh kebiasaan atau perilaku yang berhubungan dengan penggunaan fasilitas kesehatan. Menurut wawancara dengan pasien hipertensi, sebagian besar tampaknya mengatakan bahwa mereka jarang mengontrol karena tidak memiliki gejala. Oleh karena itu, masyarakat percaya bahwa hipertensi bukanlah penyakit yang serius dan memerlukan pengobatan yang intensif dengan obat-obatan konvensional.

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman diperoleh  $p$ -value  $< 0,05$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan berobat dengan tekanan darah (Nuraeni, 2019). Pola konsumsi masyarakat yang mengonsumsi ikan asin (Rahajeng dan Tuminah, 2019). Dalam analisis lanjutan RISKEDAS 2018, data yang dianalisis adalah data nasional, pola konsumsi seluruh masyarakat lebih beragam, dan terdapat risiko mengonsumsi makanan asin. Secara nasional dapat diabaikan (Kementerian Kesehatan, 2018)

Tekanan darah adalah gaya yang diberikan oleh darah pada dinding pembuluh darah dan disebabkan oleh tekanan pada dinding arteri saat darah dipompa. Perhatikan ke jaringan. Tingkat tekanan tergantung pada pembuluh darah dan detak jantung. Tekanan darah tertinggi ketika ventrikel berkontraksi (tekanan darah sistolik), dan ketika ventrikel adalah tekanan darah diastolik terendah (tekanan darah diastolik).

## 2) Tekanan darah Sebelum intervensi Aromaterapi Lavender

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 16 responden (94,11%) memiliki tekanan darah diastolik dalam kategori normal, dan sebanyak 16 responden (47,05%) memiliki tekanan darah diastolik dalam kategori normal.

Aromaterapi adalah perawatan yang menggunakan minyak atau aroma tanaman. Salah satu tanaman yang memiliki fungsi aromaterapi adalah bunga lavender. Beberapa bahan kimia yang ditemukan dalam minyak esensial lavender antara lain citral, citronellol, geraniol, linalool, nerol, eugenol, phenethyl, alkohol dan farnesol, 2018 (Oilhol, farnesol, 2018). Manfaat aromaterapi dapat meningkatkan rasa tenang (relaksasi) pada tubuh, pikiran, dan jiwa (menenangkan tubuh, pikiran, dan jiwa), menciptakan suasana tenang, dan mencerminkan perasaan takut dan cemas.

Efek farmakologis dari budak termasuk meningkatkan sirkulasi darah, efek anti-inflamasi, menghilangkan edema dan menetralkan racun. Secara teori, jika terapi relaksasi dapat dilakukan dengan baik, tekanan darah dapat diturunkan. Aromaterapi mendorong penurunan tekanan darah pada wanita lanjut usia dari UPTDP Pusat Pelayanan Sosial Anti Aging (Tresna Werdha). Natar, Lampung Selatan.

Dari uraian di atas, para peneliti menyimpulkan bahwa aromaterapi lavender dapat meningkatkan sirkulasi darah, memiliki efek anti-inflamasi, mengurangi pembengkakan, menetralkan racun dan menurunkan tekanan darah. Terapi non-obat lain dari aromaterapi lavender adalah menghirup aromaterapi untuk membawa perasaan rileks, sementara istirahat meningkatkan sirkulasi darah. Aromaterapi dapat membantu Anda merasa tenang dan rileks serta membebaskan Anda dari kecemasan dan kecemasan. Dibutuhkan 10 hingga 15 menit untuk menghirup aromanya. Rata-rata tekanan darah sebelum lavender adalah 155/90 mmHg. Seni., setelah aromaterapi dengan mawar, tekanan darah rata-rata adalah 120/75 mmHg.

## 2. Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tekanan darah sistolik diukur sebelum dan sesudah aromaterapi lavender. Setelah menggunakan uji Wilcoxon didapatkan  $p=0,000$  atau kurang dari  $0,05$ . Dengan asumsi solusi yang diterima adalah  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa penunjukan aromaterapi lavender di Desa Sidomulo Kabupaten Tabangsky berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah pasien hipertensi, Kutakt Negara. bupati.

Aromaterapi lavender selama masa penelitian dilakukan dalam tiga tahap yaitu tahap pertama pre-test untuk mengukur tekanan darah subjek sebelum intervensi, dan tahap kedua adalah pre-test. Aromaterapi lavender selama 4 hari, aromaterapi lavender, post-test pada hari ketiga, untuk mengetahui keadaan responden setelah intervensi. dikombinasikan dengan aromaterapi lavender berarti ketika Anda menghirup minyak esensial, molekul volatil akan mengangkut elemen aromatik yang terkandung di dalamnya, seperti geraniol dan linalool, ke bagian atas hidung, tempat sel penerima (Ringkasan, 2013) tahun).

Molekul menempel pada rambut, dan informasi elektrokimia ditransmisikan ke sistem limbik melalui saluran penciuman (Fitriana, 2015). Ini merangsang memori dan reaksi emosional. Sebagai pengatur, hipotalamus mengirimkan informasi yang perlu ditransmisikan ke otak (Hongratanaworakit, 2014). Informasi yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan dalam bentuk senyawa elektrokimia, yang dapat menimbulkan perasaan tenang dan rileks serta meningkatkan sirkulasi darah. (Hania dan Setiawati, 2018).

Beberapa minyak esensial yang digunakan dalam aromaterapi, seperti lavender, memiliki aroma yang menenangkan dan dapat mengontrol sistem saraf simpatik, yang bertanggung jawab untuk mengatur stres dan mengurangi kadar kortisol (Suviani et al., 2014). Efek relaksasi aromaterapi lavender mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, menghasilkan penurunan denyut jantung secara bertahap (Rezita, 2016). Sili mengubah bau menjadi impuls listrik, yang ditransmisikan ke otak melalui sistem penciuman. Semua impuls mencapai sistem limbik. Sistem limbik adalah bagian otak yang berhubungan dengan emosi, emosi, dan pembelajaran kita. Semua bau yang mencapai sistem limbik

#### 4. KESIMPULAN

- Tiga karakteristik usia, jenis kelamin, dan pekerjaan. Sebagian besar responden berusia 42, 46 dan 47 adalah 2 responden (11,8%). Diantara laki-laki, laki-laki menyumbang 9 (52,9%). Sebagian besar responden bekerja dipeternakan yaitu sebanyak 7 responden (41,2%)
- Rata-rata tekanan darah sistolik sebelum intervensi adalah 155 mmHg, dan rata-rata setelah intervensi aromaterapi lavender adalah 130 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum intervensi adalah 90,5 mmHg, dan rata-rata setelah intervensi relaksasi otot progresif adalah 77 mmHg.
- Uji statistik Wilcoxon Sign Rank Test tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik menunjukkan  $p = 0,000$  and  $t = 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara tekanan darah diastolik sebelum dan setelah aromaterapi lavender. Stabilitas tekanan darah sistolik dan diastolik
- Kesimpulan yang diambil dari hasil penelitian ini adalah aromaterapi lavender berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah penderita hipertensi di Desa Sidomulio Kabupaten Kutai Kartanegara Kabupaten Tabang.

#### REFERENSI

- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). Metodologi penelitian kualitatif. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Anshori, M., & Iswati, S. (2019). Metodologi penelitian kuantitatif: edisi 1. Airlangga University Press.
- Arifin, M., Weta, L. W., & Ratnawati, N. (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, 7(1), 1395–1397.
- Astriani, N. M. D. Y., & Putra, M. M. (2020). Buku Ajar Keperawatan Medika! Bedah I. Penerbit Lakeisha.
- Black, J. M., & Hawks, J. H. (2014). Keperawatan medikal bedah: manajemen klinis untuk hasil yang diharapkan. Elsevier (Singapore).
- Dinkes Kaltim. (2016). Profil Kesehatan Kalimantan Timur, Dinkes Kalimantan Timur, |.
- Dwi Shaleha. (2016). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Minyak Kenanga Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Sebus Kecamatan Paloh Kabupaten Sambas. Jurnal Universitas Tanjungpura . 1, 3343-3356,
- Endeh Nurgiwiati, D. P. N., & SEM, M. (2019). Terapi Alternatif dan Komplementer dalam Bidang Keperawatan, Fitriana, T. (2015). Perbedaan Pengaruh Aromaterapi Lavender (*Lavandula angustifolia*) Dan Aromaterapi Kenanga (*Cananga odorata*) Terhadap Perubahan Tekanan darah pada Lansia di Desa Lengkong Kabupaten Banjarnegara. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO,
- Gain, R. (2013). Pengobatan alternatif untuk mengatasi tekanan darah. Gramedia Pustaka Utama.
- Haniyah, S., & Setyawati, M. B. (2018). The Effectiveness of Lavender Aromatherapy Technique on Pain Reduction of Post Caesarean Section Patients in Ajibarang Hospital. Jurnal Keperawatan Soedirman, 13(3), 119-124.
- Hidayat, A. A. (2017). Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika, 88,
- Hikayati, H. (2014). Penatalaksanaan non farmakologis terapi komplementer sebagai upaya untuk mengatasi dan mencegah komplikasi pada penderita hipertensi primer di kelurahan Indralaya Mulya kabupaten Ogan Ilir. Jurnal Pengabdian Sriwijaya, 22(1), 124-131.
- Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2018). Brunner and Suddarth's textbook of medical-surgical nursing. Wolters kluwer india Pvt Ltd.