

PERBANDINGAN ANTARA PEMBERIAN AROMATERAPI MAWAR (*Rosa Centifolia*) DAN AROMATERAPI LAVENDER(*Lavendula Augustfolia*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA WANITA LANSIA USIA 60-70 TAHUN
Comparison Between the Provision of Rose Aromaterapy (*Rosa Centifolia*) and Lavender Aromaterapy (*Lavendula Augustfolia*) Against Reduction of Blood Pressure in Elderly Ages 60-70 Years Old

Herdy Juniawan, Suryadi Ashar

Email : herdy_nz@yahoo.co.id

ABSTRACT

*Hypertension is a systolic blood pressure of more than 140 mmHg and a diastolic pressure of more than 90 mmHg, hypertension or high blood pressure increases with age, especially in the elderly. Aromatherapy roses (*Rosa Centifolia*) and Aromatherapy lavender (*Lavendula Augustfolia*) are non-pharmacological therapies that can reduce blood pressure. The aim of this study was to determine the comparison between aromatherapy rose (*Rosa Centifolia*) and lavender aromatherapy (*Lavendula Augustfolia*) to reducing blood pressure in elderly women.*

*This study was quasi-experimental method with a pre-test and post-test without control group design. Samples in this study were 34 respondents were divided into 17 respondents in the intervention group 1 was aromatherapy rose (*Rosa Centifolia*), 17 respondents in the intervention group 2 was aromatherapy lavender (*Lavendula Augustfolia*), with purposive sampling technique.*

*The results of the study was the mann whitney and Wilcoxon test, obtained p value of 0.01 (<0.05) there were differences in mean rank results in intervention group 1, intervention group 2, after treatment. The conclusion of this study, that there was a comparison between giving of the rose aromatherapy (*Rosa Centifolia*) and lavender aromatherapy (*Lavendula Augustfolia*) to reducing blood pressure in elderly women aged 60-70 years old in the Puskesmas Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu in 2019.*

*The suggestion from this study to apply aromatherapy roses (*Rosa Centifolia*) and lavender aromatherapy (*Lavendula Augustfolia*) which are used as non-pharmacological therapies to reduce blood pressure.*

Keywords : Lavender Aromatherapy, Rose Aromatherapy, Women Elderly, Hypertension,

PENDAHUUAN

Hipertensi saat ini masih menjadi masalah utama didunia. Menurut JNC-VII, hampir 1 milyar orang menderita hipertensi di dunia. Hipertensi adalah tekanan darah

sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolic lebih dari 90

mmHg. Tekanan darah merupakan gaya yang diberikan oleh darah terhadap dinding pembuluh darah akibat kontraksi jantung dan

dipengaruhi oleh elastisitas dinding pembuluh (Tortora & Derrickson, 2009 dalam Solechah, dkk, 2017).

Dalam upaya mencegah memburuknya hipertensi, perlu di perhatikan lingkungan, demikian juga faktor risiko yang telah ada, agar tidak berkembang kearah penyakit jantung pembuluh darah yang biasanya akan berakibat fatal penyebab terjadinya hipertensi, selain dikarenakan adanya faktor keturunan, juga erat kaitannya dengan perilaku dan gaya hidup yang kompleks dari individu bersangkutan. Faktor risiko perilaku tersebut antara lain perilaku makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, terlalu banyak mengkonsumsi alkohol, merokok dan obesitas. (Tortora & Derrickson, 2009 dalam Solechah, dkk, 2017).

Penatalaksanaan dalam mengatasi hipertensi terbagi menjadi dua, yaitu pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan farmakologis untuk hipertensi dilakukan dengan pemberian antihipertensi dengan tujuan mencegah komplikasi hipertensi yang efek samping sekecil mungkin. Jenis obat antihipertensi yang sering digunakan antara lain *diuretik tiazide*, penghambat *adrenergik*, *angiotensin converting enzyme inhibitor (ACE-Inhibitor)*, *angiotensin-II-blocker*, antagonis kalsium, vasodilator (Susilo & Wulandari, 2011 dalam Margowati, dkk 2016). Sedangkan terapi non farmakologis relatif praktis dan efisien yaitu dengan cara pemberian aromaterapi. (Jaelani, 2009 dalam Kenia, 2013).

Aromaterapi adalah istilah yang dipakai untuk proses

penyembuhan yang menggunakan sari tumbuhan aromatik murni. Tujuannya untuk meningkatkan kesehatan tubuh, mental dan emosional. Sari tumbuhan aromatik yang dipakai diperoleh melalui berbagai macam cara pengolahan dan dikenal dengan nama minyak esensial (*essensial oil*). Minyak esensial merupakan sari tumbuhan hasil ekstraksi batang, daun, bunga, kulit buah, kulit kayu, biji, atau tungkai tumbuhan yang menghasilkan unsur aromatik tertentu. Minyak esensial didapat dengan metode *cold expression*, *effleurage*, *macerate*, *ekstraksi solven*, ekstraksi karbon dioksida dan distilasi uap (Sholikha, 2011 dalam Sam'ani, M.T 2017).

Beberapa jenis aroma terapi yang umum digunakan seperti, cendana (*Santalum Album*), lemon (*Citrus Lemon*), Jasmine (*Jasminum Grandiflorum*), Mawar (*Rosa Centifolia*), lavender (*Lavendula Augustfolia*), (Sholikha, 2011 dalam Aisyah 2016).

Salah satu tumbuhan yang memiliki fungsi sebagai aromaterapi adalah bunga kenanga dan buah lemon. Pada saat aromaterapi 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 (Jain, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan didapatkan data pada 1 bulan terakhir lansia usia 60-70 tahun untuk kejadian hipertensi sebesar 329 jiwa, untuk hipertensi pada laki laki sebesar 146 jiwa dan untuk

hipertensi pada wanita sebesar 183 jiwa, kejadian hipertensi tertinggi pada lansia usia 60-70 tahun adalah pada wanita (Puskesmas Perawatan Pagatan, 2017).

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Perbandingan Antara Pemberian Aromaterapi Mawar (*Rosa Centifolia*) dan Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustfolia*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lansia Usia 60-70 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2018”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Quasi Experimental* menggunakan rancangan *pretest & posttest without control group*. Sampel penelitian yaitu adalah wanita lansia usia 60-70 tahun yang memenuhi kriteria inklusi 34 sampel, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi tekanan darah & lembar SOP (*Standart Operational Prosedure*). Proses analisis menggunakan uji *Mann Whitney* untuk mencari perbandingan efektivitas untuk ketiga variabel.

HASIL PENELITIAN

Tabel1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelompok Umur pada pasien hipertensi di Ruang Cendana dan Akasia RSUD dr H. Andi Abdurahman Noor Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Usia	Total	
		Kelompok Aromaterapi Mawar dan Lavender	
		Frekuensi	Presentase %
1	60-65 tahun	20	63,6
2	66-70 tahun	12	36,4
	Total	32	100

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan table 1 diatas diketahui bahwa sebagian besar usia responden berusia 60-65 tahun yaitu sebanyak 20 responden (63,6%) dan yang berusia 66-70 tahun yaitu sebanyak 12 responden (36,4%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi kejadian Hipertensi pada Kelompok intervensi sebelum diberikan Aromaterapi Mawar di Wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Tekanan Darah	Pretest	
		Frekuensi	Presentase%
1	Pre Hipertensi	4	22,5
2	Hipertensi derajat 1	8	51,1
3	Hipertensi derajat 2	5	26,4
	Total	17	100%

Sumber : Data Primer, 2018

Berdasarkan tabel 5.2 diatas diketahui bahwa sebelum di berikan aromaterapi mawar hampir setengahnya (51,1%) responden mengalami Hipertensi derajat 1.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi kejadian Hipertensi pada Kelompok intervensi sesudah diberikan Aromaterapi Mawar di Wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Tekanan Darah	Pretest	
		Frekuensi	Presentase %
1	Pre Hipertensi	8	59,9
2	Hipertensi derajat 1	9	47,1
3	Hipertensi derajat 2	-	-
	Total	17	100%

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa sesudah di berikan aromaterapi mawar hampir setengahnya (59,9%) responden mengalami penurunan tekanan darah menjadi hipertensi derajat 1.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi kejadian Hipertensi pada Kelompok intervensi sebelum diberikan Aromaterapi Lavender di Wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Tekanan Darah	Pretest	
		Frekuensi	Presentase %
1	Pre Hipertensi	4	26,5
2	Hipertensi derajat 1	8	52,9
3	Hipertensi derajat 2	5	21,6
	Total	17	100%

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa sebelum di berikan aromaterapi lavender hampir setengahnya (36,4%) responden mengalami Hipertensi derajat 1.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi kejadian Hipertensi pada Kelompok intervensi sesudah diberikan Aromaterapi Lavender di Wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu.

No	Tekanan Darah	Pretest	
		Frekuensi	Presentase %
1	Pre Hipertensi	11	64,7
2	Hipertensi derajat 1	6	35,3
3	Hipertensi derajat 2	-	-
	Total	17	100%

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 5 diatas diketahui bahwa sesudah di berikan aromaterapi lavender hampir setengahnya (64,7%) responden mengalami penurunan tekanan darah pre hipertensi.

Tabel 6 Perbandingan Pemberian Aromaterapi Mawar dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu

No	Kelompok Intervensi	N	Mean	P-Value
			Rank	
1	Aromaterapi Mawar	17	16,00	0,03 (<0,05)
2	Aromaterapi Lavender	17	19,00	0,01 (<0,05)

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 6 hasil penelitian didapatkan bahwa mean rank untuk kelompok intervensi 1 yaitu aromaterapi mawar adalah 16,00, sedangkan mean rank untuk kelompok 2 yaitu aromaterapi lavender adalah 19,00. 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 perbandingan perbandingan antara pemberian aromaterapi mawar dan aromaterapi lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di Wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan Kabupaten Tanah Bumbu.

PEMBAHASAN

1. Nilai Tekanan Darah pada pasien hipertensi Sebelum Pemberian Aromaterapi Mawar.

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa pada kelompok intervensi diketahui bahwa sebelum di berikan aromaterapi mawar hampir setengahnya (51,1%) responden mengalami Hipertensi derajat 1.

Menurut peneliti dikaikan dengan teori hipertensi adalah penyakit yang erat sekali hubungannya dengan lansia, tetapi usia muda pun beresiko menderita hipertensi, dari hasil pretest terlihat bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi derajat 1, hasil wawancara paling banyak faktor pemicu lansia wanita yang mengalami hipertensi diwilayah Puskesmas Perawatan Pagatan adalah kurangnya

aktifitas olahraga, konsumsi makanan yang memicu terjadinya hipertensi seperti (makanan yang berlemak, mengkonsumsi garam dapur), stressor serta faktor resiko yang tidak dapat dikontrol yaitu seiring bertambahnya usia, kesimpulan dari hasil penelitian ini tidak terdapat kesenjangan dengan teori yang telah dijelaskan sebelumnya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kenia & Taviyanda (2015), dengan judul Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi, sebelum diberikan Aromaterapi Mawar (*Rosa Centifolia*) didapatkan seluruhnya mengalami hipertensi. Kenia & Taviyanda menjelaskan bahwa faktor penyebab hipertensi yang dialami responden yaitu resiko utama berkembangnya penyakit jantung dan berbagai penyakit vaskuler pada orang-orang yang telah lanjut usia, hal ini disebabkan ketegangan yang lebih tinggi dalam arteri sehingga menyebabkan hipertensi, lansia sering terkena hipertensi disebabkan akibat konsumsi garam berlebih dan kurangnya aktivitas perubahan gaya hidup serta faktor yang tidak dapat dikontrol yaitu usia dan genetik.

2. Nilai Tekanan Darah pada pasien hipertensi Sesudah Pemberian Aromaterapi Mawar.

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui bahwa sesudah di berikan aromaterapi mawar hampir setengahnya (59,9%) responden mengalami penurunan

tekanan darah menjadi hipertensi derajat 1.

Berdasarkan hasil penelitian, dan dihubungkan dengan teori, dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan pemberian Aromaterapi Mawar (*Rosa Centifolia*), dari hasil posttest terlihat bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan tekanan darah pada hipertensi derajat 2, dikarenakan lansia sebagian besar dapat mengontrol pencetus terjadinya peningkatan hipertensi seperti tidak mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung garam dan mengikuti kegiatan dengan baik dan benar.

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 dalam Yulia 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Kalsum (2016), dengan judul Pengaruh Pemberian Aromaterapi

Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lanjut Usia. Aromaterapi mawar membuat sirkulasi darah menjadi lancar, pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa efek tindakan aromaterapi mawar bisa menurunkan tekanan darah dan membuat sirkulasi peredaran darah menjadi lancar karena terjadi vasodilatasi pada pembuluh darah.

3. Nilai Tekanan Darah pada pasien hipertensi Sebelum diberikan Aromaterapi Lavender.

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa sebelum di berikan aromaterapi lavender hampir setengahnya (36,4%) responden mengalami Hipertensi derajat 1.

Menurut peneliti dari hasil pretest terlihat bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi derajat 1, hasil wawancara paling banyak faktor pemicu lansia wanita yang mengalami hipertensi di wilayah Puskesmas Perawatan Pagatan adalah kurangnya aktifitas olahraga, konsumsi makanan yang memicu terjadinya hipertensi seperti (makanan yang berlemak, mengkonsumsi garam dapur), stressor serta faktor resiko yang tidak dapat dikontrol yaitu seiring bertambahnya usia.

Faktor pemicu hipertensi pada pasien yang mengalami hipertensi adalah akibat mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung garam berlebih dan kurangnya aktivitas olahraga serta factor resiko yang tidak dapat dikontrol yaitu seiring bertambahnya usia.

Mengonsumsi natrium yang berlebih menyebabkan tubuh meretensi cairan yang dapat meningkatkan volume darah, asupan natrium yang berlebih juga dapat mengecilkan diameter arteri, akibatnya jantung harus memompa keras untuk mendorong volume darah melalui ruang yang makin sempit, sehingga tekanan darah menjadi naik akibatnya terjadi hipertensi (Apriany, 2012 dalam Rasmiaty, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Septianty (2015), dengan judul Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi, Sebelum diberikan aromaterapi lavender seluruhnya mengalami hipertensi. Septianty menjelaskan bahwa hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang berbahaya, peningkatan tekanan darah yang terjadi terus-menerus dapat menyebabkan timbulnya komplikasi seperti stroke, gagal jantung bahkan kematian. faktor penyebab terjadinya hipertensi yang dialami responden yaitu obesitas dan kurangnya aktivitas olahraga serta faktor yang tidak dapat dikontrol yaitu usia dan genetik serta pola makan, gaya hidup serta pola lingkungan yang kurang baik yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah.

4. Nilai Tekanan Darah pada pasien hipertensi sesudah diberikan Aromaterapi Lavender.

Berdasarkan tabel 5 diatas diketahui bahwa sesudah di berikan aromaterapi lavender

hampir setengahnya (64,7%) responden mengalami penurunan tekanan darah pre hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian, dan dihubungkan dengan teori, dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan pemberian Aromaterapi Lavender (*Lavendula Augustfolia*) terlihat dari hasil observasi setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan tekanan darah disebabkan tubuh mengalami rileks dan perasaan tenang. Dari hasil posttest terlihat bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan tekanan darah pada hipertensi derajat 2 dan hipertensi derajat 1, dikarenakan lansia sebagian besar dapat mengontrol pencetus terjadinya peningkatan hipertensi seperti tidak mengonsumsi makanan yang banyak mengandung garam dan mengikuti kegiatan dengan baik, dan menyebabkan responden merasakan suasana yang lebih akrab selama melakukan terapi dan mendapatkan dampak yang lebih positif

Aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) dapat mampu menurunkan tekanan darah dimana aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) 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, minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan seperti

monoterpen 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 dalam Yulia 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Tiara (2015), Dengan Judul Efektivitas Pemijatan Tungkai dan Kaki Dengan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Aromaterapi lavender membuat sirkulasi darah menjadi lancar. Pada penelitian tersebut menunjukkan adanya perbedaan signifikan perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik dan menunjukkan bahwa efek tindakan aromaterapi lavender bisa menurunkan tekanan darah dan membuat sirkulasi peredaran darah menjadi lancar karena terjadi vasodilatasi pada pembuluh darah, dan menunjukkan ada perbedaan signifikan perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik.

5. Analisis Perbandingan 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.

Berdasarkan tabel 6 hasil penelitian didapatkan bahwa mean rank untuk kelompok intervensi 1 yaitu aromaterapi mawar adalah 16,00, sedangkan mean rank untuk kelompok 2 yaitu

aromaterapi lavender adalah 19,00. 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.

Berdasarkan analisis peneliti, dan dikaitkan dengan terori dapat disimpulkan jika pemberian aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) dapat menurunkan tekanan darah dan menunjukkan hasil yang lebih signifikan dibandingkan dengan pemberian aromaterapi mawar (*Rosa Centifolia*). Pada saat diberikan aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) dihirup mengantarkan suatu pesan elektrokimia 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.

Menurut (Nuraini, 2014 dalam Yulia 2016) Aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*)

mampu menurunkan tekanan darah dimana Aromaterapi lavender 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, minyak lavender memiliki banyak potensi karena terdiri atas beberapa kandungan seperti monoterpen 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.

Menurut (Perez, 2003 dalam Yulia 2016) Aromaterapi mawar (*Rosa Centifolia*) memiliki 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.

IMPLIKASI

Dari hasil penelitian dan teori yang dijelaskan, peneliti dapat memberikan kesimpulan bahwa pada kelompok intervensi aromaterapi mawar (*Rosa Centifolia*) dan kelompok intervensi aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) yang lebih berpengaruh dalam penurunan tekanan darah adalah aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) 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.

SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan kepada pasien yang mengalami hipertensi tentang penanganan hipertensi secara nonfarmakologi yang dapat dilakukan secara mandiri, sebisa mungkin meminimalisir penggunaan obat-obatan yang memiliki efek samping. Diharapkan kedepannya perawat lebih difokuskan pada terapi yang tidak memiliki efek samping, aman, dan mudah dilakukan secara mandiri oleh penderita hipertensi. Salah satu penanganan nonfarmakologis yang dapat dilakukan secara mandiri oleh pasien yaitu dengan melakukan atau menghirup aromaterapi, dan diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang terapi nonfarmakologis terhadap

masyarakat yang mengalami hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, (2016). *Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Gangguan Pola Tidur (Insomnia) Pada lansia >65 Tahun Di Desa Menunggal Kecamatan Karang Bintang Kabupaten Tanah Bumbu*. Penelitian. Karang Bintang : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Darul Azhar. Batulicin. Kalimantan Selatan.
- Armiyati, Y (2014). *Perbedaan efektifitas aromaterapi lemon dan reaksi nafas dalam terhadap penurunan tekanan darah yang mengalami hipertensi*. Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah
- Ernawati, (2013). *Pengaruh aromaterapi kenanga untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi*. Di Rsud Tugurejo Semarang. Skripsi. Semarang : Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Stikes Telogorejo Semarang.
- Sam'ani., (2017). *Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Sebus Kecamatan Paloh Kabupaten Sambas*. Skripsi. Pontianak : Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Bone.
- Yulia., (2016). *Factor-Factor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Tidak*
- Jain., (2011) *Khasiat Daun Seledri (Apium graveolens) Terhadap Tekanan Darah Tinggi Pada Pasien Hiperkolestrolema*. Lampung: Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung Vol 5, No 2 (2016).
- Juaita, F (2016). *Pemberian aromaterapi kenanga untuk menurunkan tekanan darah lansia*. Di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran Kabupaten Semarang.
- Kenia., (2013). *Pengaruh Blimbing Wuluh Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Desa Pondok Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri*. Skripsi. Surakarta: STIKES Kusuma Huda.
- Shaleha.D (2017). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Minyak Kenanga Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Sebus Kecamatan Paloh Kabupaten Sambas*. Skripsi. Pontianak : Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Terkendali Pada Penderita Yang Melakukan Pemeriksaan Rutin Di Puskesmas Kedung munda Kota Semarang*. Skripsi. Semarang: Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat UN Semarang.