

PENGARUH AROMATERAPI LAVENDER DAN HEALING TOUCH TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI

Andi Nur Ainan Sudirman¹, Rona Febriyona², Sri Devi Padang^{3*}

Universitas Muhammadiyah Gorontalo^{1,2,3}

*Corresponding Author : sdevipadang@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi tekanan darah lebih dari atau sama dengan 140/90 mmHg. Kondisi hipertensi merupakan bentuk penyakit degeneratif atau tidak menular yang masih tinggi kasusnya sebagai penyumbang angka kesakitan dan kematian di masyarakat, jika penyakit hipertensi tidak dapat dikendalikan dapat menyebabkan komplikasi berbahaya seperti jantung koroner, gangguan pada penglihatan dan gangguan ginjal hal ini menyebabkan hipertensi menjadi salah satu akibat kematian tertinggi di dunia. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra-eksperimental dengan pendekatan one-group pra-post test design. Observasi dilakukan sebelum dan setelah subjek diberikan intervensi. Populasi yang terdapat Di Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo yaitu berjumlah 37 orang yang menderita penyakit tekanan darah tinggi atau Hipertensi, tetapi yang siap dijadikan sampel hanya 15 orang, sehingga jumlah sampel pada penelitian ini sama dengan jumlah populasi yaitu 15 responden. Pada penelitian ini pemilihan sampel dilakukan dengan cara total sampling. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu data primer dalam penelitian ini adalah observasi peneliti dan wawancara dengan responden, adapun menjadi sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah data dari Kelurahan Hutuo, Kecamatan Limboto. Setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil penelitian Nilai t dependent Hasil $p=0.000$, oleh karena nilai $p<0,05$ di nyatakan ada perbandingan sebelum dan sesudah diberikan intervensi Aromaterapi Lavender dan Healing Touch. Diharapkan menjadi masukan bagi pihak pihak terkait seperti Pemerintah Kelurahan, Dinas Kesehatan, Puskesmas dan keluarga sehingga dapat terjalin kerjasama bidang kesehatan untuk meminimalisir penderita hipertensi.

Kata kunci : aromaterapi lavender, *healing touch*, hipertensi

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is a condition of blood pressure more than or equal to 140/90 mmHg. Hypertension is a form of degenerative or non-communicable disease that is still a high contributing to morbidity and mortality in the community, if hypertension disease cannot be controlled can cause dangerous complications such as heart coronary heart disease, impaired vision and kidney disorders this causes hypertension is one of the highest causes of death in the world. Methods The research method used in this study is pre-experimental with a one-group pre-post test approach. one-group pre-post test design approach. Observations were made before and after the subject is given the intervention. Population in Hutuo Village Limboto Subdistrict, Gorontalo Regency, totaling 37 people suffering from high blood pressure or hypertension, but only 15 people were ready to be used as samples. only 15 people, so the number of samples in this study is the same as the population of 15 respondents. population of 15 respondents. In this study, the sample selection was done by total sampling. Data collection techniques in this study The primary data in this study are researcher observations and interviews with respondents, as for the secondary data sources in this study are data from Hutuo Village, Limboto District. This research is data from Hutuo Village, Limboto District. After the research was conducted, the results of the study obtained a dependent t value of $p=0.000$, because the p value <0.05 stated that there was a comparison before and after being given the Lavender Aromatherapy and Healing Touch interventions. It is expected to be input for related parties such as the Village Government, Health Office, Puskesmas and families so that there can be cooperation in the health sector to minimize hypertension sufferers.

Keywords : lavender aromatherapy, *healing touch*, hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi tekanan darah lebih dari atau sama dengan 140/90 mmHg. Kondisi hipertensi merupakan bentuk penyakit degeneratif atau tidak menular yang masih tinggi kasusnya sebagai penyumbang angka kesakitan dan kematian di masyarakat, jika penyakit hipertensi tidak dapat dikendalikan dapat menyebabkan komplikasi berbahaya seperti jantung koroner, gangguan pada penglihatan dan gangguan ginjal hal ini menyebabkan hipertensi menjadi salah satu akibat kematian tertinggi di dunia (Abidin, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Hipertensi mempengaruhi 26,4% dari populasi global, sekitar 972.000.000 individu seluruh dunia. Pada tahun 2050 mendatang, di proyeksikan sekitar 87 persen warga dunia terkena hipertensi. Presentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat di negara berkembang. Hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur-Selatan. Kawasan Asia Tenggara 36% orang dewasa menderita hipertensi. WHO memperkirakan sekitar 3x lipat kenaikan kasus hipertensi akan terjadi pada tahun 2050 terutama di negara berkembang dari sejumlah 639 juta kasus di tahun 2000 menjadi 1,15 milyar di tahun 2025 dan 3,45 milyar di tahun 2050 (Meriyani, 2020).

Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia banyaknya diperkirakan 15 juta orang tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi. Prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 25,8 %, dari total penduduk perjiwa dan naik menjadi 34,1 % di tahun 2018 (Sunandar, 2020). Prevalensi hipertensi di Gorontalo berdasarkan hasil pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 29,0%, tertinggi di Kabupaten Gorontalo (41,0%), diikuti Bone Bolango (29,7%), Kota Gorontalo (22,2%), Gorontalo Utara (22,1%) dan Pohuwato (20,1%). Catatan BPDANP Kesehatan Kemenkes RI (Badan Peneliti Dan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI) ini menunjukkan bahwa penderita hipertensi masih sangat tinggi (Profil Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2020).

Dampak terburuk dari hipertensi adalah kematian karena hipertensi merupakan multifaktor atau tidak bisa diterangkan hanya satu mekanisme tunggal. Kejadian hipertensi yang meningkat setiap tahun mengindikasikan bahwa hipertensi harus diatasi. Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh. Dampak terburuk dari hipertensi adalah kematian karena hipertensi merupakan multifaktor atau tidak bisa diterangkan hanya satu mekanisme tunggal (Kitt et al, 2019). Pengobatan hipertensi terdiri dari terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis merupakan pengobatan dengan menggunakan obat-obatan. Terapi nonfarmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan agen obat dalam proses terapinya dan tidak menimbulkan pengaruh yang buruk. Terapi non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan pengobatan farmakologis yang lebih baik serta terbukti dapat mengontrol dan mempertahankan tekanan darah agar tidak semakin meningkat (Mulyasari C. et al, 2020).

Terapi non farmakologis dapat mengurangi hipertensi dan menjadi pilihan oleh penderita hipertensi, karena biaya yang dikeluarkan lebih murah. algoritme penanganan hipertensi dengan terapi nonfarmakologis diantaranya modifikasi gaya hidup termasuk pengelolaan stress dan kecemasan merupakan langkah awal yang harus dilakukan. Manajemen stress melalui teknik relaksasi dan biofeedback dapat menurunkan tekanan darah dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Misalnya dengan penggunaan terapi komplementer. Terapi komplementer adalah terapi alami yang dimaksudkan untuk memicu tubuh mengobati diri sendiri, karena tubuh manusia dipercaya memiliki kemampuan untuk menyembuhkan dirinya sendiri (Mulyasari C. et al, 2020). Terapi ini bukan dimaksudkan. Terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi seperti akupuntur,akupressur,

bekam, herbal, biofeedback dan aromaterapi. Aromaterapi merupakan metode pengobatan melalui media bau-bauan yang berasal dari bahan tanaman tradisional tertentu. Metode Terapi memiliki banyak kelebihan dibandingkan dengan metode penyembuhan yang lain, seperti biaya yang dikeluarkan relatif murah, bisa dilakukan diberbagai tempat dan keadaan, cara pemakaian tergolong praktis dan efisien, efek zat yang ditimbulkan tergolong aman bagi tubuh dan khasiatnya pun terbukti manjur dan tidak kalah dengan metode terapi lain. Aromaterapi lavender bermanfaat dapat menurunkan tekanan darah (Mulyasari C. et al, 2020).

Seseorang yang menghirup aromaterapi lavender akan menjadi relaks. Relaksasi membuat vasodilatasi pembuluh darah dan sirkulasi peredaran darah menjadi lancar. Walaupun penggunaan aromaterapi ini cukup baik, akan tetapi agar hasil yang diinginkan menjadi maksimal perlu adanya ketenangan suasana hati responden untuk memberikan efek rileks yang berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah (Mulyasari C. et al, 2020). Berdasarkan hasil wawancara yang didapatkan dari 4 orang masyarakat bahwa upaya yang dilakukan masyarakat Kelurahan Hutuo terhadap hipertensi yaitu mereka pergi ke Puskesmas untuk melakukan pemeriksaan kemudian meminta obat untuk menurunkan tekanan darah tersebut, tetapi kadang mereka hanya meminum satu atau dua tablet saja obat penurunan tekanan darah karena mereka beranggapan bahwa terlalu sering mengonsumsi obat-obatan bisa berdampak terhadap ginjal sehingga ketika mereka berhenti untuk mengonsumsi obat tekanan darah maka tekanan darah pun akan kembali naik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender dan healing touch terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one-group pra-post test design*. Observasi dilakukan sebelum dan setelah subjek diberikan intervensi. Populasi yang terdapat Di Kelurahan Hutuo Kecamatan Limboto Kabupaten Gorontalo yaitu berjumlah 37 orang yang menderita penyakit tekanan darah tinggi atau Hipertensi, tetapi yang siap dijadikan sampel hanya 15 orang, sehingga jumlah sampel pada penelitian ini sama dengan jumlah populasi yaitu 15 responden. Pada penelitian ini pemilihan sampel dilakukan dengan cara *total sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini yaitu data primer dalam penelitian ini adalah observasi peneliti dan wawancara dengan responden, adapun menjadi sumber data sekunder dalam penelitian ini adalah data dari Kelurahan Hutuo, Kecamatan Limboto.

Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, standar operasional prosedur (SOP) untuk pemberian aromaterapi lavender, SOP *healing touch* dan lembar observasi untuk melihat tekanan darah responden sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Teknik analisa data pada penelitian ini yaitu analisa univariat terkait distribusi frekuensi tekanan darah yang dialami sebelum dan sesudah diberikan intervensi dan analisa bivariat menggunakan uji *paired sampel t-test* dengan batas nilai keputusan yaitu $< \alpha 0,05$

HASIL

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa responden yang digunakan yaitu kategori pra lansia yaitu sebanyak 15 orang (100%) Sedangkan responden tertinggi berada pada kelompok jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 12 orang (80,0%), dan responden terendah berada pada kelompok jenis kelamin laki-laki sebanyak 3 orang (20.0%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Variabel	Frekuensi	Presentase
Umur		
40-65 Tahun	15	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	20,0
Perempuan	12	80,0
Total	15	100%

Nilai Rata-Rata Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender

Aromaterapi Lavender	Mean	N	SD. Deviation	P-value
Sebelum tindakan	155.80	15	3.122	0,000
Sesudah tindakan	131.33	15	1.676	0,000

Berdasarkan tabel menunjukkan kejadian hipertensi sebelum diberikan Aromaterapy lavender, Nilai Rata-rata sebelum diberikan Aromaterapi Lavender Sebesar 155.80 dan Nilai Standar Deviasi Sebesar 3.122. Nilai Rata-rata Setelah diberikan Aromaterapi Lavender Sebesar 131.33 dan Nilai Standar Deviasi Sebesar 1.676. Nilai P-value pemberian Aromaterapi Lavender sebelum dan sesudah diberikan dengan Nilai p sebesar 0.000 maka dikatakan ada perbandingan sebelum dan sesudah diberikan intervensi Aromaterapi Lavender.

Nilai Rata-Rata Sebelum dan Sesudah Diberikan *Healing Touch*

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Sebelum dan Sesudah Diberikan *Healing Touch*

<i>Healing Touch</i>	Mean	N	SD. Deviation	P-value
Sebelum tindakan	154.07	15	3.122	0,000
Sesudah tindakan	132.80	15	1.676	0,000

Berdasarkan tabel menunjukkan kejadian hipertensi sebelum diberikan Healing Touch, Nilai Rata-rata sebelum diberikan Healing Touch Sebesar 154.07 dan Nilai Standar Deviasi Sebesar 3.122. Nilai Rata-rata Setelah diberikan Healing Touch Sebesar 132.80 dan Nilai Standar Deviasi Sebesar 1.676. Intervensi Healing Touch Nilai P-value pemberian Healing Touch sebelum dan sesudah diberikan dengan Nilai p sebesar 0.000 karena nilai $p < 0,05$ maka dikatakan ada perbandingan sebelum dan sesudah diberikan intervensi Healing Touch

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa responden yang digunakan yaitu kategori pra lansia yaitu sebanyak 15 orang (100%) Sedangkan responden tertinggi berada pada kelompok jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 12 orang (80,0%), dan responden terendah berada pada kelompok jenis kelamin laki-laki sebanyak 3 orang (20.0%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andi Nuraina Sudirman (2023) hipertensi tidak mengenal usia, pra lansia maupun lansia sama-sama beresiko mengalami peningkatan tekanan darah. Setelah umur 40 tahun, dinding arteri akan mengalami penebalan oleh karena adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku. Tekanan darah sistolik meningkat karena kelenturan pembuluh darah besar yang berkurang pada penambahan usia sampai

dekade kelima dan keenam kemudian menetap atau cenderung menurun. Peningkatan usia akan menyebabkan beberapa perubahan fisiologis, pada usia lanjut terjadi peningkatan resistensi perifer dan aktifitas simpatik. Pengaturan tekanan darah yaitu refleksi baroreseptor pada usia ini sensitivitasnya sudah berkurang, sedangkan peran ginjal juga sudah berkurang dimana aliran darah ginjal dan laju glomerulus menurun (Andi Nur Aina Sudirman, 2023)

Peneliti berasumsi usia merupakan faktor yang sangat penting bagi setiap insan manusia, semakin bertambah usia maka semakin rentan beresiko terhadap penyakit-penyakit, hal ini karena penuaan membuat pembuluh darah menebal dan menjadi kaku, sehingga tekanan darah cenderung tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andi Nuraina dkk (2023) yang menunjukkan bahwa dari 30 responden diantaranya jenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (66,7%). Sehingga penelitian ini menyatakan bahwa ada kaitan erat antara jenis kelamin dengan hipertensi.

Peneliti berasumsi antara laki-laki dan perempuan sebelum usia 40 tahun risiko terkena hipertensi adalah sama, namun setelah monopause risiko pada perempuan lebih besar hal ini di akibatkan karena monopause berhubungan dengan peningkatan tekanan darah dan wanita yang mengalami monopause pasti akan mengalami penurunan hormon estrogen. Pada saat dilakukan penelitian responden perempuan lebih banyak daripada laki-laki. responden laki-laki sedikit hanya berjumlah 3 orang karena pada saat dikunjungi responden laki-laki lainnya tidak ada di tempat karena sedang bekerja.

Perbandingan Penggunaan Aromaterapi Lavender dan *Healing Touch* terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi

Setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil penelitian Nilai t dependent Hasil $p=0.000$, oleh karena nilai $p<0,05$ di nyatakan ada perbandingan sebelum dan sesudah diberikan intervensi Aromaterapi Lavender dan *Healing Touch*. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Cahyani Mulyasari,(2020) Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji wilcoxon pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan healing touch terhadap tekanan darahpada pasien hipertensi, dengan ditunjukkan nilai p-value 0.001. Aromaterapi lavender dan healing touch termasuk dalam obat non farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah. Pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan healing touch membuat seseorang menjadi relaks yang berefek mempengaruhi fungsi kardiovaskuler. Relaksasi membuat vasodilatasi pembuluh darah dan sirkulasi peredaran darah menjadi lancar (Ashar dkk, 2018).

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indah Mulani & Burhanto,(2022) Manfaat Aromaterapi Lavender dan Healing Touch Dapat Meningkatkan Rasa Tenang (Relaksasi) pada tubuh, pikiran, jiwa. Peneliti sebelumnya menyimpulkan bahwa Aromaterapi Lavender dan Healing Touch dapat meningkatkan sirkulasi darah, memiliki efek anti inflamasi, mengurangi pembengkakan, menetralkan racun dan menurunkan tekanan darah. Dibutuhkan waktu 10-15 menit untuk menghirup aromanya. Rata-rata sebelum diberikan Aromaterapi Lavender dan *Healing Touch* yaitu 155/90mmhg, setelah diberikan tekanan darah menjadi 120/70mmhg.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian destian, umi & priyanto . Menurut Septianty dkk (2015), cara kerja Terapi aromaterapi lavender dan healing touch yaitu menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan penurunan ketegangan otot sehingga dapat melancarkan peredaran darah yang akan mempengaruhi tekanan arteri oleh baroreseptor pada sinus kortikus dan arkus aorta yang akan menyampaikan impuls yang dibawa serabut saraf yang membawa isyarat dari semua bagian tubuh untuk menginformasikan kepada otak perihal tekanan darah, volume darah dan kebutuhan khusus semua organ ke pusat saraf simpatis ke medulla sehingga akan merangsang tekanan sistolik yaitu regangan otot ventrikel akan merangsang ventrikel untuk segera berkontraksi. Pada awal kontraksi, katup aorta dan

katup semilunar belum terbuka. Untuk membuka katup aorta, tekanan di dalam ventrikel harus melebihi tekanan katup aorta. Keadaan dimana kontraksi ventrikel mulai terjadi sehingga dengan adanya pelebaran pembuluh darah, aliran darah akan lancar sehingga akan mudah mendorong darah masuk ke jantung sehingga menurunkan tekanan sistolik. Pada tekanan diastolik keadaan releksasi ventrikular isovolemik saat ventrikel berelaksasi, tekanan di dalam ventrikel turun drastis, aliran darah lancar dengan adanya pelebaran pembuluh darah sehingga akan menurunkan tekanan diastolik.

Perbedaan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan terapi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan p -value $< 0,05$. Peringkat nilai rata-rata perbedaan tekanan darah sistolik dan diastolik kelompok intervensi yaitu 10,95 dan 12,21 lebih rendah dibandingkan tekanan darah Fase Kelompok Mean Rank Sig. Post sistolik Kontrol 28.05 .001 Intervensi 10.95 Post diastolik Kontrol 26.79 .001 Intervensi 12.21 Fase Tekanan Darah P -value Pre- Post Test Sistolik 0.001 Pre-Post Test Diastolik 0.001 10 sistolik dan diastolik kelompok kontrol yaitu 28,05 dan 26,79. Hal tersebut menunjukkan kombinasi aromaterapi lavender dan healing touch yang diberikan pada pasien hipertensi lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan dengan tidak diberikan perlakuan. Pada penelitian ini, responden diberikan terapi aromaterapi lavender dan healing touch sebelum mendapatkan konsumsi obat-obatan anti hipertensi dari dokter. Terapi aromaterapi lavender dan healing touch dilakukan selama kurang lebih 20 menit dan kemudian tekanan darah pasien diukur kembali. Penelitian ini dilakukan perlakuan terapi aromaterapi lavender dan healing touch pada kelompok intervensi. Terapi aromaterapi lavender dan healing touch dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pasien karena dengan diberikan terapi aromaterapi lavender dan healing touch maka pasien akan mengalami relaksasi dan tenang. Keadaan relaks akan mempengaruhi hormon oksitosin (yang membuat tubuh merasa lebih baik) dilepaskan dan pada saat yang bersamaan kortisol (hormon stres) berkurang (Astuti dan Setyaningrum, 2020)

Aromaterapi lavender dan *healing touch* menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan penurunan ketegangan otot sehingga dapat melancarkan peredaran darah yang akan mempengaruhi tekanan arteri oleh baroreseptor pada sinus kortikus dan arkus aorta yang akan menyampaikan impuls yang dibawa serabut saraf yang membawa isyarat dari semua bagian tubuh untuk menginformasikan kepada otak perihal tekanan darah, volume darah dan kebutuhan khusus semua organ ke pusat saraf simpatis ke medulla sehingga akan merangsang tekanan sistolik yaitu regangan otot ventrikel akan merangsang ventrikel untuk segera berkontraksi. Pada awal kontraksi, katup aorta dan katup semilunar belum terbuka. Untuk membuka katup aorta, tekanan di dalam ventrikel harus melebihi tekanan katup aorta. Keadaan dimana kontraksi ventrikel mulai terjadi sehingga dengan adanya pelebaran pembuluh darah, aliran darah akan lancar sehingga akan mudah mendorong darah masuk ke jantung sehingga menurunkan tekanan sistolik. Pada tekanan diastolik keadaan releksasi ventrikular isovolemik saat ventrikel berelaksasi, tekanan di dalam ventrikel turun drastis, aliran darah lancar dengan adanya pelebaran pembuluh darah sehingga akan menurunkan tekanan diastolik.

Berdasarkan uraian peneliti berasumsi bahwa pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan healing touch efektif dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. Hasil penelitian ini konsisten dengan beberapa studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi non-farmakologis seperti aromaterapi lavender dan healing touch dapat membantu meningkatkan relaksasi, melancarkan sirkulasi darah, dan menurunkan ketegangan otot, yang berujung pada penurunan tekanan darah. Penurunan ini disebabkan oleh efek relaksasi yang dialami pasien, yang mempengaruhi pelebaran pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah, sehingga tekanan darah sistolik dan diastolik menurun. Penelitian ini juga menemukan bahwa kombinasi terapi tersebut lebih efektif dibandingkan dengan

kelompok yang tidak menerima perlakuan. Intervensi aromaterapi lavender dan healing touch memberikan efek signifikan pada penurunan tekanan darah, terutama jika diberikan sebelum konsumsi obat-obatan antihipertensi. Terapi ini dapat dijadikan sebagai pendekatan pelengkap dalam pengelolaan tekanan darah pada pasien hipertensi, terutama karena efeknya yang menenangkan dan mendukung fungsi kardiovaskular yang lebih baik.

KESIMPULAN

Hasil penelitian di dapatkan bahwa setelah dilakukan penelitian didapatkan hasil penelitian Nilai t dependent Hasil $p=0.000$, oleh karena nilai $p<0,05$ di nyatakan ada perbandingan sebelum dan sesudah diberikan intervensi Aromaterapi Lavender dan Healing Touch. Diharapkan menjadi masukan bagi pihak-pihak terkait seperti Pemerintah Kelurahan, Dinas Kesehatan, Puskesmas dan keluarga sehingga dapat terjalin kerjasama bidang kesehatan untuk meminimalisir penderita hipertensi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada pembimbing yang telah membantu dan memberikan bimbingan, saran serta masukan dalam menyelesaikan KIAN ini, Terimakasih juga kepada penguji I dan penguji II atas masukan dan saran, dan koreksi terhadap tugas akhir saya

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin. (2020). Pelaksanaan Fungsi Pemeliharaan Kesehatan Keluarga Dengan Pengetahuan Terapi Komplementer Pada Penderita Hipertensi Di Balenrejo Bojonegoro. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*. Vol.10 No.2.
- Anderson, J. G., Suchicital, C. L. and Lang, H. M. (2015) 'The Effects of Healing Touch on Pain , Nausea , and Anxiety Following Bariatric Surgery: A Pilot Study', *Explore: The Journal of Science and Healing*. Elsevier, 11(3), pp. 208–216. doi: 10.1016/j.explore.2015.02.006.
- Cahyawati. (2018). Tekanan Darah Tinggi. Yogyakarta : Kanisius
- Fathoni. (2020). Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian Stress Pada Lansia. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- Feigin, V. L., Brainin, M., Norrving, B., Martins, S., Sacco, R. L., Hacke, W., Fisher, M., Pandian, J., & Lindasay, P. (2022). World Stroke Organization (WSO): Global Stroke Fact Sheet 2022. *International Journal of Stroke*, 17(1), 18-29. <https://doi.org/10.1177/17474930211065917>
- Ferawati. (2020). Fungsi Pemeliharaan Kesehatan Keluarga Dengan Pengetahuan Terapi Komplementer Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. Vol.10 No.2
- Harahap, N. R., Rauda, R., Nasution, P., Syari, M., & Pitriana, D. (2022). Pengaruh Aroma Terapi Lemon Terhadap Emesis Gravidarum. *Indonesian Trust Health Journal*, 5(2), 57–63. <https://doi.org/10.37104/ithj.v5i2.103>
- Jain, S. et al. (2015) 'Clinical Studies of Biofield Therapies : Summary , Methodological Challenges , and Recommendations', *origiNal arTicle content*, 4, pp. 58–66. doi: 10.7453/gahmj.2015.034.suppl.
- Jumiati. 2023. Perbedaan Intervensi Aromaterapi Lavender Dengan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Stres Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis di RSUD KAJEN Kabupaten Pekalongan. *Skripsi. Fakultas Keperawatan*. Universitas Widya Husada. Semarang

- Kitt, J., Fox, R., Tucker, K. L., & McManus, R. J. (2019). *New approaches in hypertension management: a review of current and developing technologies and their potential impact on hypertension care. Current hypertension reports.*
- Korn, L. E. (2013) 'Somatic Empathy: The Template of Touch', in *Rhythms of Recovery; Trauma, Nature, and the Body*. 1 st. Routledge Taylor & Francis Group, pp. 70–107.
- Lestari, I. dan maisaro. (2019). Pengaruh AromaTerapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III (The Effect of Lavender Aromatherapy on Sleep Quality of Third Trimester Pregnant). 8(1), 32–38.
- Linguist, R. and Snyder, M. (2018) 'evolution and use of Complementary Therapies and Integrative healthcare practices', in *Complementary and Alternative Therapies in Nursing*. Eighth Edi. Springer Publishing Company, pp. 3–17. doi: 10.1891/9780826144348.0001.
- Meriyani. (2020). *Hipertensi*. Jakarta : Elex Media Komputindo.
- Milani Indah, Burhanto. (2022) Pengaruh Intervensi aromaterapi Lavender terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita Hipertensi desa sidomulyo kecamatan Tabang. Vol.3,No.3
- Mulyasari, C., Adi, S. G., & Sari, S. F. (2020). Pengaruh Kombinasi Healing Touch Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo. *Jurnal Program Sarjana Keperawatan. Stikes Kusuma Husada Surakarta.*
- Mulyasari Cahyani dkk, (2020) Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender dan HealingTouch Terhadap Tekanan darah Pada pasien Hipertensi Di Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo.*Jurnal Ilmu Kesehatan, Stikes Kusuma Husada Surakarta.*
- Nadjib Bustan, (2021) *Manajemen Penyakit Tidak Menular/ M. Najib Bustan, Jakarta: Rineka Cipta*
- Nurintan Intan Wahyuningrum. (2023) Penerapan Terapi Healing Touch (terapi sentuh) pada kalangan lansia dengan Gangguan Hipertensi di Desa Kalibangkang Kecamatan Ayah, *Jurnal Ilmu Keperawatan*. Vol.3,No.1
- Potter dan Perry. (2018). *Fundamental Keperawatan 1, Edisi 8*. Jakarta: Salemba Medika.
- Profil Kesehatan Provinsi Gorontalo, (2020). *Penyakit Tidak Menular (PTM)*. Gorontalo.
- Pujiati, W., & Saribu, H. J. D. (2022). Aroma Terapi Lavender Terhadap Kecemasan Ibu Hamil Dengan Hipertensi. 4(9), 12.
- Rini, R. A. pramesti. (2020). Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Hand Massage Terhadap Perubahan Kecemasan, Tekanan Darah dan Kortisol pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Penelitian Kesehatan "Suara Fornikes,"* 11(2), 178. <https://doi.org/10.33846/sf11217>
- Safitri, W., & Agustin, W. R. (2020). Pengetahuan Dengan Motivasi Pencegahan Stroke Pada Penderita Hipertensi. *Adi Husada Nursing Journal*, 6(1), 45. <https://doi.org/10.37036/ahnj.v6i1.160>
- Salsabilla, A. R. (2020). Aromaterapi Lavender sebagai Penurun Tingkat Kecemasan Persalinan. 12(2), 761–766.
- Sari, D. P., Kusudaryati, D. P. D., & Noviyanti, R. D. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Setrorejo. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 15(2), 93. <https://doi.org/10.26576/profesi.271>
- Setyaningrum, Astusi, (2020) Penerapan Kombinasi aromaterapi lavender menurunkan rerata tekanan darah Pada Hipertensi, *Jurnal Ilmu Keperawatan*. Vol.3,No.1
- Silwanah, A. S., Yusuf, R. A., & Hatta, N. (2020). Pengaruh Aktivitas Jalan Pagi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Mappakasunggu Pare-Pare. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 1(2), 74–83. <https://doi.org/10.52103/jahr.v1i2.283>

- Soleha. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kejadian Prehipertensi Pada Umur Dewasa Di Kecamatan Medan Marelan Kota Medan.
- Sudewo. 2015. Buku Pintar Hidup Sehat. Jakarta : Agro Media
- Sunandar dan Suheti. (2020). Pelaksanaan Lima Tugas Kesehatan Pada Keluarga Dengan Klien Hipertensi. *Jurnal Riset Kesehatan*. Vol 12 No 2.
- Supriati. (2020). Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Natai Kondang Kecamatan Permata Kecubung Kabupaten Sukamara Propinsi Kalimantan Tengah.
- Supriyono, S. (2019). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Tekanan Darah Sistole pada Peserta Pelatihan Manajemen Puskesmas. *Jurnal Inspirasi*, 10(1), 32–48. <https://doi.org/10.35880/inspirasi.v10i1.62>
- Umbreit, A. W. (2009) ‘Healing Touch’, in *Complementary & Alternative Therapies in Nursing*. Seventh Ed. New York: Springer Publishing Company, LLC, pp. 397–413.
- Wardel, D., Kagel, S. and Anselme, L. (2014) *Healing Touch : Enhancing Life Through Energy Therapy*. 7th edn. Edited by D. W. Wardel, K. Sue, and L. Anselme. Bloomington: UNIVERSE.
- Wati, D. R. (2020). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester Iii Dalam Persiapan Menghadapi Persalinan. *Jurnal Prima Wiyata Health*, I, 25. https://ejurnal.stikesbth.ac.id/index.php/P3M_JKBTH/article/view/449
- Wulandari. (2018). Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Hipertensi pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*. volume 4. No 2