

## ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. N DENGAN PEMBERIAN AROMATERAPI LEMON UNTUK MENURUNKAN HIPERTENSI PADA LANSIA DIDESA SIMPANG KUBU WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS AIR TIRIS

Suci Aldriyani<sup>1\*</sup>, Yenny Safitri<sup>2</sup>, Erma Kasumayanti<sup>3</sup>

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai<sup>1,2</sup>, Desa Simpang Kubu Wilayah Kerja UPT Puskesmas Air Tiris, Riau, Indonesia<sup>3</sup>

\*Corresponding Author : sicialdriani09@gmail.com

### ABSTRAK

Lansia merupakan fase tahap akhir dalam proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan dan perubahan fisik psikis, sehingga meningkatkan resiko penyakit yang tidak menular diakibatkan dari proses penuaan seperti penyakit jantung, gastritis, diabetes, dan hipertensi. Salah satu terapi non farmakologi yang digunakan untuk hipertensi yaitu salah satunya aroma terapi lemon. Aromaterapi lemon dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi. Tujuan dari karya ilmiah ini untuk memberikan asuhan keperawatan dengan pemberian terapi lemon untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi. Intervensi yang diberikan yaitu melakukan pemberian aromaterapi lemon. Penelitian ini dilakukan tanggal 12-14 Desember 2022. Hasil penelitian pada pasien didapatkan adanya penurunan tekanan darah setelah diberikan pemberian aromaterapi lemon yaitu didapatkan adanya penurunan tekanan darah setelah diberikan pemberian aromaterapi lemon yaitu dari tekanan darahnya 179/108 MmHg ke hari ketiga menjadi 139/84 MmHg. Diharapkan bagi pasien untuk dapat menerapkan pemberian aromaterapi lemon untuk pencegahan dan penatalaksanaan untuk pasien dengan hipertensi.

**Kata kunci** : aromaterapi lemon, hipertensi

### ABSTRACT

*Elderly is the final phase in the life process which is characterized by physical and psychological decline and changes, thereby increasing the risk of non-communicable diseases resulting from the aging process such as heart disease, gastritis, diabetes and hypertension. One of the non-pharmacological therapies used for hypertension is lemon aroma therapy. Lemon aromatherapy can reduce systolic and diastolic blood pressure in people with hypertension. The aim of this scientific work is to provide nursing care by providing lemon therapy to reduce blood pressure in elderly people who experience hypertension. The intervention given was giving lemon aromatherapy. This research was carried out on December 12-14 2022. The results of the research on patients showed that there was a decrease in blood pressure after being given lemon aromatherapy, namely that there was a decrease in blood pressure after being given lemon aromatherapy, namely from blood pressure of 179/108 MmHg on the third day to 139/84 MmHg. It is hoped that patients will be able to apply lemon aromatherapy for the prevention and management of patients with hypertension.*

**Keywords** : lemon aromatherapy, hypertension

### PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi bisa dikatakan apabila seseorang memiliki tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg (Hastuti, 2020). Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) ada sekitar 1,28 miliar orang dewasa yang berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi dengan mayoritas tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Jumlah penderita hipertensi terus bertambah setiap tahunnya, WHO memprediksi bahwa pada tahun 2025 akan mencapai 1,5 miliar orang yang menderita hipertensi. Prevalensi hipertensi diseluruh dunia sebesar 22%

dari total populasi dunia. Prevalensi hipertensi tertinggi di dunia berada di benua Afrika sebesar 27% dan terendah di benua Amerika, sedangkan di Asia tenggara dengan prevalensi 25 % yang menempati urutan ke 3 tertinggi (Jabani dalam Cheng et al., 2020).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, Prevalensi hipertensi di Indonesia adalah (34.1%), sedangkan data Riskesdas tahun 2013 yaitu sebesar (25.8%), hal ini mengalami peningkatan yaitu sebesar (8.3%) dalam rentang waktu 5 tahun. Prevalensi hipertensi terbanyak terdapat di Provinsi Kalimantan Selatan (44.1%) dan Provinsi dengan prevalensi hipertensi terendah yaitu di Provinsi Papua (22.2%), sedangkan di Provinsi Riau tingkat prevalensi hipertensi sebesar (29.1%). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2022, hipertensi menduduki posisi kedua dari sepuluh penyakit tertinggi di Kabupaten Kampar setelah penyakit infeksi saluran nafas bagian atas akut yakni sebanyak 32.892 kasus. Berdasarkan data hipertensi wilayah kerja UPT Puskesmas Air Tiris, Desa Simpang Kubu memiliki angka kejadian hipertensi sebanyak 435 kasus. Berdasarkan data kependudukan Desa Simpang Kubu didapatkan bahwa jumlah lansia dengan kategori usia 60-69 tahun yaitu sebanyak 67 orang lansia dan 47 orang diantara mengalami hipertensi.

Berdasarkan hasil survey awal pada tahun 2022 yang dilakukan oleh Mahasiswa Profesi Ners Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai di Desa Simpang Kubu Kecamatan Kampar didapatkan hasil pengkajian pada Ny. N klien mengeluh sakit kepala, dan tengkuk terasa berat, nyeri kepala dibagian belakang hilang timbul, skala nyeri 6 dan sulit tidur. Pengkajian riwayat penyakit dahulu klien mengatakan memiliki riwayat keluarga hipertensi. Klien mengatakan tidak tahu gejala dari hipertensi yang dialaminya. Tujuan karya ilmiah akhir ners ini adalah untuk menganalisis intervensi pemberian aromaterapi lemon untuk menurunkan hipertensi pada lansia di desa simpang kubu wilayah kerja UPT Puskesmas Air Tiris.

## METODE

Pada kasus Ny.N dengan mengontrol Hipertensi pada lansia, penulis memberikan intervensi pemberian aromaterapi lemon untuk mengontrol tekanan darah yang meningkat. Dengan ini penulis mengacu pada penelitian (Purwanti et al., 2020) dengan judul penelitian dengan **judul** “Pengaruh *hydrotherapy* ekstrak kulit jeruk (citrus lemon terhadap penurunan tekanan darah pada lansia

## HASIL

Pengkajian ini dilakukan pada tanggal 12 Desember 2022 di Desa Simpang Kubu Kabupaten Kampar, Klien berinisial Ny.N berumur 62 tahun pendidikan terakhir SD, tidak bekerja dan hanya mengurus rumah tangga, Ny. N bertempat tinggal di Dusun II Metro Lestari Desa Simpang Kubu, tipe keluarga Ny.N merupakan Single Parents dimana klien memiliki 3 orang anak, diantaranya 2 anak perempuan dan 1 anak laki-laki, 2 anak perempuan sudah menikah dan saat ini sudah tinggal bersama suaminya diluar desa, dan 1 orang anaknya belum menikah dan saat ini masih tinggal bersama Ny. N, Keluarga mayoritas islam komunikasi keluarga dengan lingkungan setempat sangatlah baik dan masih terjaga.

Keluhan utama klien mengatakan kepala terasa sakit, terasa berat ditengkuk dan nyeri kepala hilang timbul. Pada saat dilakukan pengkajian nyeri secara komprehensif didapatkan data P: hipertensi (tekanan darah naik), Q: nyeri terasa seperti tertusuk-tusuk, R: nyeri pada bagian kepala dan tengkuk, S: skala nyeri 5, T: nyeri hilang timbul. Pada pengkajian riwayat terdahulu klien mengatakan sudah mengalami hipertensi 20 tahun yang lalu, berdasarkan pemeriksaan tanda-tanda vital yang telah dilakukan pada Ny.N didapatkan bahwa tekanan darah: 179/108 mmHg, Nadi: 92 kali/menit, RR: 21 kali/menit, T: 36,5°C.

Tabel 1. Hasil Analisa Data

Analisa Data	Masalah
<b>Data Subjektif:</b> Klien mengatakan sudah mengalami hipertensi sejak 20 tahun lalu Klien mengatakan nyeri pada bagian belakang kepala Nyeri terasa seperti ditusuk-tusuk Klien mengatakan jika merasakan nyeri klien hanya berbaring dan istirahat saja	Nyeri Akut (D.0077)
<b>Data objektif:</b> Klien tampak meringis Tampak klien memegang kepala Keringat dingin di sekujur tubuh Skala nyeri 5 (nyeri sedang) TD = 179/108 mmHg N = 92 x/menit	
<b>Data Subjektif:</b> Klien mengatakan sulit memulai tidur Klien mengatakan sering terbangun di malam hari dan sulit untuk tidur kembali Klien mengatakan tidak puas dengan tidurnya karena sakit dan nyeri kepala yang dirasakan klien	Gangguan pola tidur (D.0055)
<b>Data Objektif:</b> Klien tampak lesu dan lemah Jumlah jam tidur sekitar 4 jam/hari TD : 179/108 mmHg N : 92x/menit	

## PEMBAHASAN

Pada saat pengkajian peneliti telah melakukan pengkajian awal beberapa data terkait Ny. N yang mana pengumpulan data ini dilakukan pada tanggal 12 Desember 2022 Studi kasus dilakukan dengan melakukan pengkajian awal didapatkan hasil pengkajian pada Ny. N klien mengeluh sakit kepala, dan tengkuk terasa berat, nyeri kepala dibagian belakang hilang timbul, skala nyeri 5 dan sulit tidur. Pengkajian riwayat penyakit dahulu klien mengatakan memiliki riwayat keluarga hipertensi. Klien mengatakan tidak tahu gejala dari hipertensi yang dialaminya. Nyeri kepala hipertensi pada lansia terjadi disebabkan oleh perubahan jaringan intrakranial yang sensitif terhadap rasa sakit yang disebabkan oleh peningkatan tekanan intrakranial, dimana nyeri kepala merupakan cara tubuh memberi sinyal bahwa ada sesuatu yang tidak beres pada kesehatan kita (Syiddatul, 2019).

Implementasi dilakukan dengan memberikan aromaterapi lemon untuk mengurangi tekanan darah dan nyeri pada klien. Setelah menjelaskan tentang relaksasi aromaterapi lemon selama  $\geq 15$  menit, klien setuju dan bersedia untuk melakukan yang dilakukan selama  $\geq 10$  menit relaksasi aromaterapi lemon. Pelaksanaan relaksasi aromaterapi lemon ini dilakukan selama 3 hari berturut-turut, dengan hasil yang didapatkan setelah implementasi yang telah dilakukan selama 3 hari klien mengatakan sakit kepala, nyeri sudah mulai ada kemajuan, tingkat nyeri menggunakan skala *Numeric Rating Scale* (NRS) dan tekanan darah menggunakan *Digital Pressure Meter* (DPM). Pada pengukuran tekanan darah juga mengalami penurunan dari hari pertama hingga hari kelima, dengan perbandingan tekanan darah dari hari pertama di dapatkan TD: 179/108 mmHg mengalami penurunan hingga hari ketiga di dapatkan TD: 145/89 mmHg. Maka dapat disimpulkan pemberian aromaterapi lemon berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi.

Penelitian (Sari et al., 2023) menyatakan aromaterapi berkerja melalui sistem sirkulasi dan sistem saraf olfaktorik. Ketika aromaterapi dihisap melalui hidung, molekul aromaterapi memasuki membran rongga hidung dan mempengaruhi sistem saraf olfaktorik, saraf olfaktorik menghantarkan impuls ke otak dan akan merangsang pengeluaran hormon endorfin yang berfungsi sebagai pengatur mood aromaterapi yang dihisap akan membuat tubuh menjadi tenang dan rileks sehingga pola pernafasan dan denyut jantung menjadi lebih tenang dan dapat mengontrol penurunan tekanan darah. Menurut (Safitri, 2018) Aromaterapi dapat mengatasi nyeri dan cemas, salah satu zat yang terkandung adalah linalool yang berfungsi untuk menstabilkan sistem saraf sehingga dapat menimbulkan efek yang tenang bagi yang menghirupnya.

Penelitian (Alfin & Syabariyah, 2022) didapatkan hasil aromaterapi lemon pada tahap intervensi yaitu pada tekanan darah sistol dari 150,45 mmHg menjadi 129,84 mmHg dan tekanan darah diastole dari 91,81 mmHg menjadi 82,90 mmHg. Hasil ini menunjukkan bahwa ada penurunan pada efek aromaterapi lemon terhadap tekanan darah. Peneliti percaya bahwa aromaterapi lemon dapat menurunkan tekanan darah responden, serta intervensi ini peneliti yakin memiliki efek relaksasi serta menenangkan, sehingga dapat menurunkan kerja jantung dan tekanan darah.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan Pemberian Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Hipertensi pada Lansia di Desa Simpang Kubu Kecamatan Kampar Kabupaten Kampar Tahun 2023 diperoleh hasil; hasil pengkajian utama klien mengatakan kepala terasa sakit, terasa berat ditenguk dan nyeri kepala hilang timbul. Pada saat dilakukan pengkajian nyeri secara komprehensif didapatkan data P: hipertensi (tekanan darah naik), Q: nyeri terasa seperti tertusuk-tusuk, R: nyeri pada bagian kepala dan tengkuk, S: skala nyeri 5, T: nyeri hilang timbul. Pada pengkajian riwayat terdahulu klien mengatakan sudah mengalami hipertensi 20 tahun yang lalu, berdasarkan pemeriksaan tanda-tanda vital yang telah dilakukan pada Ny.N didapatkan bahwa tekanan darah: 179/108 mmHg, Nadi: 92 kali/menit, RR: 21 kali/menit, T: 36,5°C..

Diagnosa yang muncul adalah nyeri akut b.d agen pencedera fisiologis, gangguan pola tidur b.d kurang kontrol tidur.. Intervensi yang direncanakan yaitu pemberian aromaterapi lemon untuk menurunkan tekanan darah pada lansia Implementasi yang diberikan pada klien adalah sesuai dengan intervensi yaitu memberikan aromaterapi lemon sampai masalah teratasi dan terdapat perbedaan dengan penelitian yang terdahulu yaitu dalam segi lama pemberian aromaterapi lemon. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan tekanan darah pada lansia. Hasil analisis dari pemberian aromaterapi lemon didapatkan hasil terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lemon dalam pemberian asuhan keperawatan Ny. N untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan perbandingan 179/108 mmHg mengalami penurunan hingga hari ketiga didapatkan 145/89 mmHg.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Bapak dan Ibu dosen Pembimbing maupun penguji yang telah membantu memberikan masukan saran bimbingan serta dukungan keluarga dan teman-teman saya bisa arahkan dalam menyelesaikan karya Ilmiah Akhir Ners Ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Adam, L. 2019. Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport*

- Journal*, 1(2): 82–89.
- Ainurrafiq, A., Risnah, R. & Ulfa Azhar, M. 2019. Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: *Systematic Review*. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 2(3): 192–199.
- Alfin, R. & Syabariyah, S. 2023. Aromaterapi Lemon terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 7(1): 82–96.
- Asmidar, R., Merdekawati, D. & Buhari, B. 2022. Penurunan Tekanan darah dengan Pemberian Pisang Ambon (*Musa Acuminata Cavendish*. S). *Indonesian Journal of Health Community*, 3(1): 6.
- Dwisatyadini, M. 2017. Pemanfaatan Tanaman Obat Untuk Kesehatan Keluarga. *Core*, 237–270.
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. 2019. *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia*.
- Fadlilah, S., Amestiasih, T., Pebrianda, B. & Lanni, F. 2021. Terapi Komplementer Kombinasi Rendam Kaki Air Hangat dan Aromaterapi Lemon dalam Menurunkan Tekanan Darah. *Faletehan Health Journal*, 8(02): 84–91.
- Hastuti, A.P. 2020. Hipertensi.
- Hidayah, n. 2018. Tindakan pemberian aromaterapi lemon untuk mengatasi nyeri pada pasien hipertensi di rs roemani semarang.
- Indonesia, P.P.N. 2016. Standar diagnosis keperawatan Indonesia. *Jakarta: PPNI*.
- Iqbal, M.F. & Handayani, S. 2022. Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1): 41–51.
- Jabani, A.S., Kusnan, A. & B, I.M.C. 2021. Prevalensi dan Faktor Risiko Hipertensi Derajat 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(4): 31–42.
- Mauludi, S.H. 2022. Asuhan keperawatan lansia pada pasien hipertensi dengan masalah pola istirahat tidur di wilayah kerja puskesmas bl limbangan.
- Putri, L.M., Mamesah, M.M., Iswati, I. & Sulistyana, C.S. 2023. Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Usia Dewasa & Lansia Di Tambaksari Surabaya. *Journal of Health Management Research*, 2(1): 1.
- Ratna Dila, S. 2023. Faktor Penyebab Hipertensi Pada Pasien Dewasa Di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Sainsbertek Jurnal Ilmiah Sains & Teknologi*, 3(2): 19–27.
- Safitri, Y. (2018). Pengaruh pemberian rebusan daun kelor terhadap kadar gula darah pada penderita DM tipe 2 di Kelurahan Bangkinang kota wilayah kerja puskesmas tahun 2017. *Jurnal Ners*, 2(2)
- Santoso, M.D.Y. 2019. Dukungan Sosial Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia : Review Article. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 5(1): 33–41.
- Syiddatul 2019. Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Skala Nyeri Kepala Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Karang Werdha Rambutun Desa Burneh Bangkalan. *Jurnal Kesehatan*, 5(1): 1–7.
- Wade, C. 2016. Mengatasi Hipertensi.