

Pengaruh Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan *Healing Touch* Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo

Cahyani Mulyasari¹⁾, Galih Setia Adi²⁾, Febriana Sartika Sari²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Kusuma Husada Surakarta

²⁾Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan STIKes Kusuma Husada Surakarta

Email : cahyanimulyasari12@gmail.com

Abstrak

World Health Organization (WHO) menyatakan sekitar 1,13 miliar orang didunia menderita hipertensi. Komplikasi dari hipertensi menyebabkan gagal jantung, stroke, dll. Pengobatan nonfarmakologi hipertensi adalah aromaterapi lavender dan *healing touch* yang membuat orang menjadi relaksasi untuk menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo.

Penelitian ini menggunakan metode *Quasy-Experimental* dengan rancangan *non-equivalent control group pre-post test design*. Pengambilan sampel dengan cara *purposive sampling*, sejumlah 19 orang kelompok kontrol dan 19 orang kelompok intervensi. Terapi dilakukan satu kali selama 20 menit dan *pre-post* terapi di ukur tekanan darahnya.

Hasil penelitian ini didapatkan jenis kelamin mayoritas perempuan 57,9% dan usia mayoritas *elderly* (60-74 tahun) 68,4%. Rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi sebelum diberi intervensi adalah 145,26 mmHg dan diastolik 91,47 mmHg, sedangkan setelah intervensi adalah sistolik 135,79 mmHg dan diastolik 87,68 mmHg. Hasil uji wilcoxon kelompok intervensi dengan p-value $0.001 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo.

Kata kunci: Aromaterapi Lavender, *Healing Touch*, Hipertensi

Daftar Pustaka: 110 (2009-2019)

Effect of Combination between Lavender Aromatherapy and Healing Touch on Blood Pressure of Hypertension Patients at Community Health Center of Nguter, Sukoharjo Regency

Abstract

World Health Organization (WHO) states that approximately 1.13 billion people in the world suffer from hypertension. Complications of hypertension cause heart failure, stroke, etc. Non-pharmacological medications of hypertension among others are lavender aromatherapy and healing touch, which make ones relaxed to decrease their blood pressure. The objective of this research is to investigate effect of combination between lavender aromatherapy and healing touch on blood pressure of hypertension patients at Community Health Center of Nguter, Sukoharjo Regency.

This research used the quasi experimental research method with non-equivalent control group pre-test and post-test design. Purposive sampling was used to determine its samples. They consisted of 19 respondents in the control group and 19 respondents in intervention group. The therapy was performed one time for 20 minutes, the blood pressure of each respondent was measured in the pre-test and in the post-test.

The result of the research shows that Majority or 57.9% of the respondents were female, majority or 68.4% of the elderly were aged 60-74 years old, prior to the intervention the average systolic and diastolic blood pressures of the intervention group were 145.26 mmHg and 91.47 mmHg respectively, and following the intervention in the post-test they were 135.79 mmHg and 87.68 mmHg respectively. The result of the Wilcoxon's Test shows that the p-value of the intervention group was $0.001 < 0.05$. Thus, the combination between lavender therapy and healing touch had an effect on the blood pressure of the hypertension patients at Community Health Center of Nguter, Sukoharjo.

Keywords: Lavender aromatherapy, healing touch, Hypertension

References: 110 (2009-2019)

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah keadaan ketika tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg (Muttaqin, 2009). Hipertensi sering disebut *silent killer* atau pembunuh diam-diam (Junaedi dkk, 2013). Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang didunia menderita hipertensi. Setiap tahunnya di dunia diperkirakan 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan

komplikasinya (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan data Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, terjadi peningkatan penderita hipertensi yang sebelumnya tahun 2013 sebesar 25,8% (Riskesdas, 2018).

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. Pengobatan hipertensi terdiri dari terapi farmakologis dan non farmakologis (Potter & Perry, 2009).

Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan dengan menggunakan obat-obatan (Septianty dkk, 2015). Pengobatan farmakologis bersifat jangka panjang, mahal dan menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan penderita, yaitu dapat memperburuk keadaan penyakit atau efek fatal lainnya (Susilo & Wulandari, 2011). Terkadang orang tua atau orang yang sibuk sering melupakan penggunaan obat anti hipertensi ini, padahal sangatlah penting untuk menggunakannya secara teratur (Widyatuti, 2012). Berdasarkan hal tersebut, maka diperlukan suatu terapi pendamping selain obat agar lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi (Wardell, *et al*, 2014).

Terapi nonfarmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan agen obat dalam proses terapinya tidak menimbulkan pengaruh yang buruk (Kamalluddin, 2010). 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 (Septianty dkk, 2015). Terapi non farmakologi dapat mengurangi hipertensi dan menjadi pilihan oleh penderita hipertensi, karena biaya yang dikeluarkan lebih murah (Susilo & Wulandari, 2011).

Pada 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 (Kamalluddin, 2010).

Terapi komplementer adalah terapi alami yang dimaksudkan untuk memicu tubuh mengobati diri sendiri, karena tubuh manusia dipercaya memiliki kemampuan untuk menyembuhkan dirinya sendiri. Terapi ini bukan dimaksudkan untuk menggantikan terapi dokter, tetapi bisa menjadi terapi pendukung yang bias dilakukan sendiri atau dengan bantuan seorang praktisi (Sarasvati, 2010).

Terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi seperti akupuntur, akupressur, bekam, herbal, *biofeedback* dan aromaterapi (Astuti & Setyaningrum, 2016).

Aromaterapi merupakan metode pengobatan melalui media bau-bauan yang berasal dari bahan tanaman tradisional tertentu (Taukhit & Haryono, 2018). Sekalipun metode yang digunakan tergolong sederhana, namun terapi ini 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 (Jaelani, 2017).

Aromaterapi lavender bermanfaat dapat menurunkan tekanan darah (Suviani dkk, 2014). Aromaterapi lavender adalah aromaterapi yang menggunakan bunga *lavendula* dengan kandungan zat aktif berupa *linaloolacetate* dan *linalylacetate* yang dapat menyembuhkan penyakit (Hafid, 2017). Seseorang yang menghirup aromaterapi lavender akan menjadi relaks. Relaksasi membuat vasodilatasi pembuluh darah dan sirkulasi peredaran darah menjadi lancar (Ashar dkk, 2018). Penelitian Salamati dkk (2017) mengatakan pemberian aromaterapi lavender selama 10 menit secara inhalasi dapat menurunkan tekanan darah dengan

rata-rata nilai sistolik 123,7 mmHg menjadi 107,3 mmHg dan diastolik 73,43 mmHg menjadi 66,06 mmHg. Selisih nilai sistolik 16,4 mmHg dan diastolik 7,37 mmHg. 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 (Septianty dkk, 2015).

Terapi *healing touch* dapat menambah tenang seseorang, mempengaruhi suasana hati, membuat rileks (Pratiwi, 2016) dan mengobati hipertensi (Yussy, 2019). *Healing touch* diyakini dapat mengidentifikasi dan memperbaiki ketidakseimbangan energi klien dengan meletakkan atau mengusapkan tangan di atas pasien atau tubuh yang merasa sakit (Astuti & Setyaningrum, 2016).

Sentuhan yang dilakukan praktisi *healing touch* dengan meletakkan telapak tangan menghadap klien 3-5 inch di atas kulit atau pakaian membuat klien saat menerimanya merasakan kehangatan, relaksasi, dan penghilang rasa sakit (Akhmad, 2013). Penelitian Sukarmin & Himawan (2019) menyatakan pemberian terapi *healing touch* selama 20 menit dapat menurunkan rata-rata *Mean Arterial*

Pressure (MAP) dari 117.1 mmHg menjadi 111.7 mmHg.

Kedua penelitian terapi non farmakologi tersebut sama-sama dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dalam satu kali pemberian terapi yang memberikan efek relaksasi. Relaksasi membuat vasodilatasi pembuluh darah dan membuat sirkulasi darah menjadi lancar. Pemberian satu terapi non farmakologi dapat menurunkan tekanan darah rata-rata 10 mmHg. Apabila mengkombinasikan 2 terapi akan mendapatkan penurunan tekanan darah yang lebih efektif. Maka, aromaterapi dan *healing touch* dapat dikombinasikan menjadi manajemen hipertensi secara nonfarmakologi yang sangat baik.

Hasil studi pendahuluan penelitian pada bulan Februari 2019 secara observasi langsung, didapatkan hasil dari 5 orang penderita hipertensi mengatakan kepala pusing, tekuk leher tidak nyaman setelah letih beraktivitas seharian atau akibat stres. Rata-rata dalam pemeriksaan tekanan darah didapatkan sistol >140 mmHg dan diastol >90 mmHg. Hasil dari wawancara dari kelima responden menyatakan sudah melakukan pengobatan secara farmakologi, namun mereka takut apabila mengkonsumsi obat hipertensi secara terus menerus dapat

menimbulkan komplikasi terhadap dirinya. Selain minum obat, pasien juga mengkonsumsi mentimun dan mengurangi asupan garam. Namun dengan 1 kali pengaplikasian tidak dapat langsung menurunkan tekanan darah. Saat ditanya mengenai terapi non farmakologi tentang aromaterapi dan *healing touch*, mereka mengatakan belum tahu tentang terapi tersebut untuk menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo.

METODOLOGI

Desain penelitian ini menggunakan metode *Quasy-Experimental* dengan pendekatan *non-equivalent control group pre-post test design*. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli sampai bulan Agustus 2019 di Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo. Pengambilan sampel dengan cara *Purposive Sampling*, sejumlah 19 responden kelompok kontrol dan 19 responden kelompok intervensi. Responden adalah pasien hipertensi yang mendapat terapi secara farmakologi oleh dokter. Responden

yang diambil adalah yang belum meminum obat kardiovaskuler saat dilakukan terapi. Terapi dilakukan satu kali selama 20 menit dan *pre-post* terapi di ukur tekanan darahnya. Setelah data terkumpul, dilakukan uji statistik *Wilcoxon* untuk mengetahui perbedaan tekanan darah pada kedua kelompok. Sedangkan untuk mengetahui tingkat kemaknaan perlakuan setiap kelompok dilakukan uji *Mann Whitney*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini adalah analisis univariat pada penelitian ini.

1. Karakteristik Responden

a. Karakteristik berdasarkan jenis kelamin

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin (n= 38)

Karakteristik	F	(%)
Laki-laki	16	42,1
Perempuan	22	57,9

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yang memiliki penyakit hipertensidi Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo adalah perempuan, yakni 22 orang (57,9%).Sejalan dengan penelitian Eksanoto (2011) didapatkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap kejadian hipertensi yaitu sebesar 62,5 %.Hasil tersebut

dikaitkan dengan perubahan hormon estrogen. Hormon estrogen tersebut akan menurun kadarnya ketika perempuan memasuki usia tua (menopause) sehingga perempuan menjadi lebih rentan terhadap hipertensi (Kusumawaty, 2016).

b. Karakteristik berdasarkan usia

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia (n= 38)

Karakteristik	F	(%)
Middle Age(50-59)	12	36,1
Elderly (60-74)	26	68,4

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur yang memiliki penyakit hipertensidi Puskesmas Nguter Kabupaten Sukoharjo adalah usia *elderly* (60-74 tahun), yakni 26 orang (68,4%).Penelitian Ibrahim dan Syafei (2013) didapatkan bahwa jumlah responden paling banyak pada usia 60–74 tahun (*elderly*) sejumlah 11 orang (73,3%).

Manusia setelah umur 60 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. Perubahan struktur pada pembuluh darah besar tersebut

menyebabkan naiknya tekanan darah seseorang (Adam, 2019)

2. Tekanan darah sebelum diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* pada kelompok kontrol dan intervensi

Tabel 3 Distribusi Tekanan darah Sebelum Diberikan Kombinasi Aromaterapi Lavender dan *Healing Touch* Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi

Data	Kelompok			
	Kelompok Kontrol (n=19)		Kelompok Intervensi (n=19)	
Tekanan Darah	Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik
Mean	146,95	91,47	145,26	91,47
Median	148,00	92,00	144,00	92,00
SD	5,216	1,611	4,280	1,611
Min	140	90	140	90
Max	154	94	152	94

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil nilai median tekanan darah sistolik 148 mmHg dan diastolik 92 mmHg. Sedangkan pada kelompok intervensi nilai median tekanan darah yaitu sistolik 144 mmHg dan diastolik 92 mmHg. Sehingga dapat disimpulkan bahwa nilai tekanan darah sistolik dan diastolik responden pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi bervariasi.

Mempertahankan tekanan darah dalam tubuh dipengaruhi oleh curah jantung, tahanan perifer total, volume darah viskositas darah dan elastisitas pembuluh darah (Indra, 2009). Pasien yang mengalami hipertensi disebabkan oleh meningkatnya tekanan darah secara

tidak wajar dan terus-menerus karena rusaknya salah satu atau beberapa faktor yang berperan mempertahankan tekanan darah agar tetap normal (Jain, 2011).

Pada teori yang dikemukakan Permadi (2011) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya hipertensi adalah usia, jenis kelamin, obesitas, macam pekerjaan, gaya hidup seperti makan-makanan tinggi lemak, tidak suka buah dan sayur, tidak suka berolahraga serta merokok.

3. Tekanan darah sesudah diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* pada kelompok kontrol dan intervensi

Tabel 4 Distribusi Tekanan darah Sesudah Diberikan Kombinasi Aromaterapi Lavender dan *Healing Touch* Pada Kelompok Kontrol dan Intervensi.

Data	Kelompok			
	Kelompok Kontrol (n=19)		Kelompok Intervensi (n=19)	
Tekanan Darah	Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik
Mean	146,84	91,16	135,79	87,68
Median	150,00	90,00	134,00	88,00
SD	4,776	1,675	4,516	2,136
Min	138	90	130	84
Max	156	94	140	90

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil nilai median tekanan darah sistolik 150 mmHg dan diastolik 90 mmHg. Sedangkan pada kelompok intervensi nilai median tekanan darah yaitu sistolik 134 mmHg dan diastolik 84 mmHg.

Hal ini menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada nilai median kelompok intervensi dengan selisih penurunan sistolik 10 mmHg dan diastolik 8 mmHg setelah mendapatkan kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* dalam 1 kali pertemuan selama 20 menit.

Aromaterapi lavender dan *healing touch* termasuk dalam terapi nonfarmakologi yang sudah diteliti dapat menurunkan tekanan darah. Penelitian Septianty dkk (2015) menyatakan pemberian aromaterapi lavender yang diberikan selama 10-15 menit berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistol dan diastol pada pasien hipertensi. Aromaterapi dipercaya dapat membuat kita rileks dengan menstimulasi cara kerja otak ketika kita menghirup aromanya (Jumarani, 2009).

Terapi *healing touch* bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah dengan cara memperbaiki ketidakseimbangan energi dengan perantara sentuhan usapan kulit yang membuat orang menjadi nyaman, menurunkan ketegangan dan merelaksasi otot (Novitasari & Artaria, 2015). Dengan relaksasi membuat penurunan rangsangan pada fungsi

kardiovaskular seperti penurunan rangsangan pada hipotalamus posterior akan menurunkan MAP, sedangkan perangsangan pada areapreoptik menimbulkan efek penurunantekanan arteri dan frekuensi denyut jantung yang dijalankan melalui pusat kardiovaskular di regio retikular dari medulla dan pons (Wardellet al, 2014). Jadi kedua terapi tersebut membuat seseorang menjadi relaks yang berefek mempengaruhi fungsi kardiovaskuler.

Berikut ini adalah analisis bivariat pada penelitian ini.

1. Perbedaan tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan sesudah terapi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

a. Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi pada kelompok kontrol

Tabel 5 Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi pada kelompok kontrol dengan uji wilcoxon

Fase	Tekanan Darah	P-value
<i>Pre-Post Test</i>	Sistolik	0.763
<i>Pre-Post Test</i>	Diastolik	0.180

Berdasarkan hasil penelitian dengan uji wilcoxon menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol dengan tidak diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan *healing*

touch pada pasien hipertensi dengan ditunjukkan nilai p-value sistolik 0,763 dan diastolik 0,180.

Menurut Yusuf (2017) kelompok kontrol adalah kelompok yang tidak diberi perlakuan apapun atau diberi perlakuan natural. Pada penelitian ini kelompok kontrol tidak diberikan terapi perlakuan, hanya duduk diam selama 20 menit, setelah itu baru diukur tekanan darahnya. Data menunjukkan mayoritas 10 responden kelompok kontrol tidak mengalami perubahan tekanan darah dan 3 responden mengalami kenaikan tekanan darah.

b. Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi pada kelompok intervensi

Tabel 6 Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah terapi pada kelompok intervensi dengan uji wilcoxon

Fase	Tekanan Darah	P-value
Pre-Post Test	Sistolik	0.001
Pre-Post Test	Diastolik	0.001

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji wilcoxon pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap tekanan darah pada

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).

2. Analisis perbedaan pengaruh

Tabel 7 Analisis perbandingan efektifitas tekanan darah sesudah diberikan terapi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Dari hasil uji mann whitney menunjukkan terdapat

Fase	Kelompok	Mean Rank	Sig.
Post sistolik	Kontrol	28.05	.001
	Intervensi	10.95	
Post diastolik	Kontrol	26.79	.001
	Intervensi	12.21	

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

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, 2016). Sehingga menyebabkan penurunan denyut jantung dan akan menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pasien hipertensi (Wardel, *et al*, 2014).

Maka aromaterapi lavender dan *healing touch* digabungkan dapat menjadi manajemen hipertensi secara nonfarmakologi yang baik untuk membantu menurunkan tekanan darah yang lebih signifikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan (57,9%) dan berusia *elderly* (60-74 tahun) (68,4%).
2. Nilai median tekanan darah sebelum diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap pasien hipertensi pada kelompok kontrol yaitu sistolik 148 mmHg, diastolik 92 mmHg dan pada kelompok intervensi yaitu sistolik 144 mmHg, diastolik 92 mmHg.
3. Nilai median tekanan darah sesudah diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap pasien hipertensi pada kelompok kontrol yaitu sistolik 150 mmHg,

- diastolik 90 mmHg dan pada kelompok intervensi yaitu sistolik 134 mmHg, diastolik 88 mmHg.
4. Tidak ada pengaruh kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap tekanan darah pasien hipertensi pada kelompok kontrol dengan p-value sistolik = 0,763 dan diastolik = 0,180 ($\alpha > 0,05$).
 5. Ada pengaruh pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap tekanan darah pasien hipertensi pada kelompok intervensi dengan p-value sistolik dan diastolik = 0,001 ($\alpha < 0,05$).
 6. Terdapat perbedaan signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik setelah dilakukan terapi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan p-value $< 0,01$ ($\alpha < 0,05$).

SARAN

1. Bagi instansi pelayanan kesehatan, dapat dijadikan bahan masukan bagi Puskesmas Nguter Sukoharjo bahwa pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* efektif menurunkan tekanan darah pasien hipertensi.
2. Bagi instansi pendidikan, dapat menambah meningkatkan pemahaman mahasiswa dan menambah informasi dalam pengembangan ilmu

pengetahuan tentang kombinasi aromaterapi lavender dan *healing*

3. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based* dan tambahan informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang kombinasi aromaterapi lavender dan *healing touch* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ibrahim & Syafei, Z. (2013). Perbedaan Nilai Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Olahraga Senam Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, Vol. 1 No. 1. Available from : <http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/JIK/article/download/4994/4247>
- Adam, Lusiane. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, Vol. 1, No. 2. Available from : <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/view/2558>
- Akhmad, Perdana. (2013). Ruqyah Quranic Healing Tecnology. Available from : <https://www.naqsdna.com/2013/01/ruqyah-quranichealingtechnology>
- Ashar, dkk. (2018). Perbandingan Antara Pemberian Aromaterapi Mawar Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Perawatan Penurunan Tekanan Darah Wanita Lansia Di Puskesmas Pagatan Tanah Bumbu. *Jurnal Dinamika Kesehatan*, Vol.9, No. 2. Available from : <https://ojs.dinamikakesehatan>.

- unism.ac.id/index.php/dksm/article/viewFile/372/299>
- Astuti, D & Setyaningrum, Y. (2016). Pengaruh Terapi Healing Touch Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Desa Tulakan Donorojo Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, vol. 7, No. 2, 01-79. Available from : <http://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/111>>.
- Jaelani. (2017). *Aroma Terapi*. Jakarta : Pustaka Populer Obor.
- Jain, R. (2011). *Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah*. Jakarta : Gramedia.
- Jumarani, Louise. (2009). *The Essence Of Indonesian Spa*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama).
- Kamaluddin, Ridwan. (2010). "Pengalaman Pasien Hipertensi Yang Menjalani Terapi Alternatif Komplementer bekam Di Kabupaten Banyumas". M.Kep. Universitas Indonesia. Depok Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Direktorat. (2019). *Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Direktorat Jenderal*. Available from : <<http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat-ketahui-tekanan-darahmu-cegah-hipertensi-the-silent-killer>>.
- Muttaqin, Arif. (2009). *Asuhan keprawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler : Pengantar Dan Teori*. Jakarta : Salemba Medika.
- Novitasari, A & Artaria, M. D. 2015. Pengobatan Transfer Energi Sebagai Salah Satu Metode Pengobatan Tradisional Dalam Penyembuhan Penyakit. *Masyarakat Kebudayaan Dan Politik*, vol. 28, no. 1. Available from : <https://e-journal.unair.ac.id/MKP/article/viewFile/2495/1816>.
- Permadi, Adi. (2011). *Ramuan Herbal Penunpas Hipertensi*. Jakarta : Pustaka Bunda.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2009). *Fundamentals Of Nursing: Concept, Process, And Practice*. Jakarta: EGC.
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). *Riset Kesehatan Tentang Hipertensi*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Sarasvati. (2010). *Mini Seri Self Healing Cara Holistic & Praktis Atasi Migran*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.
- Salamati dkk. (2017). Effect of Inhalation of Lavender Essential Oil on Vital Signs in Open Heart Surgery ICU. Shaheed Beheshti University of Medical Sciences and Health Services, Iranian Journal of Pharmaceutical Research, 16 (1): 404-409. Available from : <http://ijpr.sbm.ac.ir/article_1952.html>
- Sarasvati. (2010). *Mini Seri Self Healing Cara Holistic & Praktis Atasi Migran*. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.
- Septianty, dkk. (2015). Efektivitas Pemberian Aromaterapi

- Lavender Terhadap Pengukuran Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Pratama Universitas Tanjungpura. *Jurnal Proners*, vol 3, No 1. Available from :<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/17313>.
- Susilo & Wulandari.(2011). *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Suviyani, Ni Wayan dkk. (2014). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender (*lavadullaangustifolia*) Terhadap Penurunan Hipertensi Pada Lansia di Desa Cimagi Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung. *Jurnal Dunia Kesehatan*, vol. 3, no. 1. Available from :https://caridokumen.com/queue/pengaruh-pemberian-aromaterapilavender-lavandula-angustifolia-terhadap-penurunan-hipertensi-pada-lansia-didesa-cemagikecamatan-mengwi-kabupaten-badung_5a464225b7d7bc7b7afca60f_pdf?queue_id=-1.
- Taukhit & Haryono, R.(2018). Pengaruh Terapi Kombinasi Aromaterapi Lavender Dan Dzikir Terhadap Penurunan Stres Dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, vol. 6, no.1. Available from :jurnal.akper-notokusumo.ac.id/index.php/jkn/article/download/63/60.
- Widyatuti.(2012). Terapi Komplementer dalam Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 12, No. Available from :<http://jki.ui.ac.id/index.php/jki/article/download/200/311>
- Yussy. 2019. *SOP Terapi Healing Touch*, Available from :<https://edoc.pub/sop-healing-touch-pdf-free.html>.
- Yusuf, Muri. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Peneitian Gabungan*. Jakarta : Kencana.
- Wardell, *et al.* (2014). *Healing Touch Enhaoucing Life trough Energy Therapy*. America : iUniverse.

