



Article

EFEKTIVITAS AROMATERAPI LAVENDER PADA PASIEN HIPERTENSI DI DESA PRIGI KECAMATAN PADAMARA KABUPATEN PURBALINGGA

Egin Wahyu Septiawan Bahari¹, Maria Ulfah²

¹Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Harapan Bangsa

²Dosen Prodi Keperawatan S1 dan Profesi Ners, Universitas Harapan Bangsa

SUBMISSION TRACK

Received: March 07, 2025

Final Revision: March 18, 2025

Available Online: March 22, 2025

KEYWORDS

Lavender Aromatherapy, Hypertension, Acute Pain

CORRESPONDENCE

E-mail: eginwahyu@gmail.com

A B S T R A C T

Hypertension is a condition where the blood pressure in the arteries is too high. Hypertension occurs due to excessive workload of the heart when pumping blood throughout the body to meet the needs of oxygen and nutrients by the body. Hypertension is a leading cause of death that is often referred to as the silent killer disease. Hypertension, or high blood pressure, can cause pain, especially headaches and pain in the neck area, due to increased pressure on the blood vessel walls. Pain in hypertension can be treated with various alternatives, both pharmacologically and non-pharmacologically. Pharmacologically, it can be treated with analgesic drugs. One natural method that is considered effective in reducing pain is lavender aromatherapy. This case study aims to describe the application of Lavender Aromatherapy in Hypertension Patients in Prigi Village, Padamara District, Purbalingga Regency. The case study was carried out by observation for 2x meetings and the intervention of giving lavender aromatherapy for 2 days on December 11-12, 2024. The results of the case study of the application of lavender aromatherapy on the first day the patient was still in pain by showing a decrease in the pain scale on the second day. On the first day, the patient's level before being given lavender aromatherapy therapy with a pain scale of 5 (moderate pain) after being given lavender aromatherapy therapy became 4 (moderate), on the second day there was a significant decrease in the pain scale after being given lavender aromatherapy therapy, namely scale 2 (mild pain). Lavender aromatherapy in hypertension patients in Prigi Village, Padamara District, Purbalingga Regency is effective in reducing pain applied for 2x24 hours showing significant results from a pain scale of 5 (moderate pain) to a pain scale of 2 (mild pain).

I. INTRODUCTION

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah pada arteri terlalu tinggi (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Hipertensi terjadi karena beban kerja jantung yang berlebih saat memompa darah keseluruh tubuh untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi oleh tubuh. Hipertensi merupakan penyebab kematian utama yang sering disebut sebagai the silent killer disease (Handayani et al., 2023). Adapun penyebab yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi pada lansia yaitu usia, aktivitas fisik, adanya riwayat hipertensi pada keluarga, obesitas, kadar garam yang terlalu tinggi, dan kebiasaan hidup seperti merokok dan minum-minuman beralkohol. Tanda dan gejala pada hipertensi yaitu pusing, lemas, nyeri dada, sesak napas, penurunan kesadaran, pingsan, dan kelemahan anggota gerak tubuh. Hal tersebut dapat menyebabkan lansia mengalami komplikasi seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung, atau gangguan fungsi ginjal (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Menurut laporan World Health Organization (2023), hipertensi merupakan penyebab nomor 1 kematian di dunia. Prevalensi hipertensi lansia di dunia menurut data World Health Organization (2023) terdapat 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, yang kemungkinan angka tersebut akan terus mengalami peningkatan di tahun 2025 menjadi sebanyak 29,2%. Keluhan yang sering muncul pada penderita hipertensi cukup banyak seperti sakit kepala saat terjaga (terkadang disertai mual dan muntah akibat peningkatan intrakranium), penglihatan kabur akibat kerusakan hipertensif pada retina, cara berjalan mulai terganggu karena mulai adanya kerusakan susunan saraf pusat, nokturia yang disebabkan peningkatan aliran darah ginjal dan filtrasi glomerulus, edema dependen dan pembengkakan akibat peningkatan tekanan kapiler. Namun tanda dan gejala yang khas dijumpai pada penderita hipertensi adalah nyeri kepala. Nyeri kepala pada pasien hipertensi memiliki ciri-ciri seperti nyeri kepala yang terasa berat di tengkuk namun tidak berdenyut, kebanyakan nyeri kepala berasal dari meningkatnya aliran darah pada pembuluh darah di otak. Proses ini menyebabkan penyempitan pembuluh darah yang merupakan alasan utama seseorang mengalami nyeri kepala (Supriadi et al., 2024).

Nyeri pada hipertensi dapat diatasi dengan berbagai alternatif, baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Secara farmakologis dapat diatasi dengan obat-obatan analgesik. Salah satu metode alami yang dianggap efektif dalam menurunkan nyeri adalah pemberian aromaterapi lavender. Aromaterapi merupakan pengobatan menggunakan wangi-wangian. Aromaterapi dalam penyembuhan holistic untuk memperbaiki kesehatan dan kenyamanan. Aromaterapi merupakan sari aromatic yang disuling dari tanaman, bunga dan biji. Aromaterapi juga mempunyai kekuatan untuk menyembuhkan dan memperbaiki kesehatan. Pada umumnya aromaterapi memiliki daya menyembuhkan yang unik dan sifatnya yang antiseptik. Adapun kegunaan aromaterapi pada umumnya bersifat antivirus, anti-peradangan, meredakan rasa nyeri, antidepresan dan membuat rileks (Tirtawati et al., 2020). Aromaterapi lavender salah satu minyak terapi yang populer yang dipakai sebagai antiseptic dan penyembuhan luka. Memiliki efek relaksasi pada ketidaknyaman atau nyeri. Minyak lavender digunakan untuk mengatasi masalah pencernaan, gangguan menstruasi dan nyeri pada bagian tubuh (Nisa & Hidayani, 2023).

Dari latar belakang diatas penulis tertarik untuk menerapkan pemberian aromaterapi lavender telah terbukti bermanfaat dalam mengurangi rasa nyeri pada berbagai penelitian sebelumnya. Judul yang diangkat oleh penulis yakni "Aromaterapi Lavender Pada Pasien Hipertensi Di Desa Prigi Kecamatan Padamara Kabupaten Purbalingga".

II. METHODS

Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif berupa pendekatan proses keperawatan yang terdiri dari pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi dan evaluasi, dengan fokus pelaksanaan asuhan keperawatan nyeri akut pada pasien hipertensi dengan pemberian aromaterapi lavender. Subyek studi kasus adalah Ny. K dengan diagnosa medis hipertensi yang berusia 62 tahun. Studi kasus dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal yang berarti satu orang. Studi kasus termasuk tipe pendekatan dalam penelitian yang fokus hanya kepada satu kasus yang dilakukan secara intensif, mendalam, mendetail dan

komprehensif, sehingga penelitian ini dilakukan untuk mengetahui asuhan keperawatan yang tepat terhadap nyeri akut pada pasien hipertensi dengan menerapkan pemberian aromaterapi lavender selama 2x24 jam pada tanggal 11-12 Desember 2024. Skala Penilaian Numerik (NRS) adalah alat yang digunakan untuk mengukur nyeri, dan penerapan terapi aromaterapi lavender berdasarkan Standar Operasional Prosedur (SOP). Pengumpulan data tingkat nyeri yang dialami dilakukan sebelum dan sesudah diberikan terapi aromaterapi lavender. Data yang dikumpulkan dari manajemen studi kasus disajikan dan dievaluasi untuk menentukan apakah pemberian aromaterapi lavender pada pasien hipertensi berguna dalam menurunkan tingkat nyeri.

III. RESULT

Pada proses pengambilan data didapatkan melalui hasil pengkajian dengan keluhan utama pasien mengatakan nyeri kepala dan leher kaku serta tengkuk terasa berat tengkuk terasa berat, P = Klien mengatakan sakit kepala meningkat jika terlalu lelah, Q = Nyeri seperti tertekan benda berat, R = Nyeri dirasakan pada bagian tengkuk kepala, S = Skala nyeri 5, T = nyeri biasanya perlahan-lahan.

Diagnosis pada kasus di atas ditentukan sebagai nyeri akut akibat agen pencedera fisiologis dengan data subyektif pasien mengatakan nyeri kepala dan leher kaku serta tengkuk terasa berat tengkuk terasa berat, P = Klien mengatakan sakit kepala meningkat jika terlalu lelah, Q = Nyeri seperti tertekan benda berat, R = Nyeri dirasakan pada bagian tengkuk kepala, S = Skala nyeri 5, T = nyeri biasanya perlahan-lahan serta data obyektif KU : cukup, tampak meringis dan gelisah, nadi : 122x/menit, bersikap protektif (waspada) (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Manajemen nyeri adalah intervensi keperawatan yang digunakan dalam kasus ini (I.08238).

Implementasi dilakukan dari tanggal 11-12 Desember 2024 dengan perencanaan atau intervensi keperawatan yang sudah disusun. Penerapan pemberian aromaterapi lavender pada hari pertama pasien masih nyeri dengan menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dihari kedua. Pada hari pertama, tingkat pasien sebelum diberikan terapi aromaterapi lavender dengan skala nyeri 5 (nyeri sedang) setelah diberikan terapi aromaterapi lavender menjadi

4 (sedang), dihari kedua terdapat penurunan skala nyeri yang signifikan setelah diberikan terapi aromaterapi lavender yaitu skala 2 (nyeri ringan). Dibawah ini tabel evaluasi skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender selama 2x24 jam.

Table 1. Intensitas Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender (Skala)

Tanggal	Pre	Post
11 Desember 2024	5	4
12 Desember 2024	4	2

IV. DISCUSSION

Pada proses pengambilan data didapatkan melalui hasil pengkajian dengan keluhan utama pasien mengatakan nyeri kepala dan leher kaku serta tengkuk terasa berat tengkuk terasa berat, P = Klien mengatakan sakit kepala meningkat jika terlalu lelah, Q = Nyeri seperti tertekan benda berat, R = Nyeri dirasakan pada bagian tengkuk kepala, S = Skala nyeri 5, T = nyeri biasanya perlahan-lahan.

Diagnosis pada kasus di atas ditentukan sebagai nyeri akut akibat agen pencedera fisiologis dengan data subyektif pasien mengatakan nyeri kepala dan leher kaku serta tengkuk terasa berat tengkuk terasa berat, P = Klien mengatakan sakit kepala meningkat jika terlalu lelah, Q = Nyeri seperti tertekan benda berat, R = Nyeri dirasakan pada bagian tengkuk kepala, S = Skala nyeri 5, T = nyeri biasanya perlahan-lahan serta data obyektif KU : cukup, tampak meringis dan gelisah, nadi : 122x/menit, bersikap protektif (waspada) (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Manajemen nyeri adalah intervensi keperawatan yang digunakan dalam kasus ini (I.08238). Untuk menangani nyeri secara efektif, perlu untuk mengidentifikasi lokasi, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, dan intensitas nyeri; menetapkan skala nyeri; mengidentifikasi faktor yang memperberat dan memperingan nyeri; dan memberikan teknik non farmakologis untuk mengurangi nyeri, seperti aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri pada responden studi kasus (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Pada hari pertama tanggal 11 Desember 2024 Intensitas Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender terdapat penurunan yang sebelumnya skala 5 menjadi 2. Pada hari kedua tanggal 11 Desember 2024

Intensitas Nyeri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aromaterapi Lavender terdapat penurunan yang sebelumnya skala 5 menjadi 2. Ada 3 kategori pembagian nyeri yaitu skala 0 tidak ada nyeri, skala 1-3 nyeri ringan, skala 4-6 skala sedang, skala 7-9 skala berat, skala 10 nyeri tidak tertahankan (Shiddiqiyah & Utami, 2023). Nyeri akut dari kerusakan jaringan yang aktual dan potensial dapat menimbulkan pengalaman sensori dan emosional yang tidak menyenangkan berintensitas ringan sampai dengan berat berlangsung selama kurang dari 3 bulan (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Studi kasus ini nyeri akut yang dirasakan pasien hipertensi adalah nyeri akut dimana pasien mengeluh nyeri sedang dengan skala 5. Hasil dari perbandingan ini ditemukan bahwa setelah diberikan aromaterapi lavender menunjukkan adanya penurunan skala nyeri. Pemberian aplikasi aromaterapi untuk tubuh merupakan suatu upaya untuk mengurangi gejala nyeri akut maupun kronis. Pada aromaterapi lavender (*Lavendula Augustifolia*) terdapat kandungan utamanya yaitu linalyl asetat, dan linalool, berfungsi dimana linalyl asetat dapat melonggarkan atau melemaskan sistem kerja saraf otot yang dalam kondisi tegang, sedangkan linalool mempunyai manfaat untuk relaksasi dan sedative, sehingga dapat menimbulkan manfaat untuk menurunkan intensitas nyeri haid (Rayatin et al., 2023). Tujuan dari aromaterapi lavender ini untuk menurunkan intensitas nyeri. Aromaterapi merupakan suatu metode dalam relaksasi yang menggunakan minyak essensial dalam pelaksanaannya berguna untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi dan spirit seseorang (Mokoginta et al., 2021). Pemberian aromaterapi lavender terbukti mampu membantu menurunkan intensitas nyeri kepala dimana skor nyeri kepala setelah diberikan aromaterapi lavender lebih rendah dibandingkan sebelum pemberian aromaterapi lavender. Hal ini terjadi karena aromaterapi bunga lavender (*Lavandula angustifolia*)

mengandung linalool yang berfungsi sebagai efek sedatif sehingga ketika seseorang menghirup aromaterapi bunga lavender maka aroma yang dikeluarkan akan menstimulasi reseptor silia saraf olfaktorius yang berada di epitel olfactory untuk meneruskan aroma tersebut ke bulbus olfaktorius melalui saraf olfaktorius. Bulbus olfaktorius berhubungan dengan sistem limbik. Sistem limbik menerima semua informasi dari sistem pendengaran, sistem penglihatan, dan sistem penciuman. Limbik adalah struktur bagian dalam dari otak yang berbentuk seperti cincin yang terletak di bawah korteks serebri. Bagian terpenting dari sistem limbik yang berhubungan dengan aroma adalah amygdala dan hippocampus. Amygdala merupakan pusat emosi dan hippocampus yang berhubungan dengan memori (termasuk terhadap aroma yang dihasilkan bunga lavender) kemudian melalui hipotalamus sebagai pengatur maka aroma tersebut akan dibawa kedalam bagian otak yang kecil tetapi signifikannya yaitu nukleus raphe. Efek dari nukleus raphe yang terstimulasi yaitu terjadinya pelepasan serotonin yang merupakan neurotransmitter yang mengatur suasana hati, serotonin yang dilepaskan oleh batang otak dan kornu dorsalis diantaranya berfungsi untuk menghambat transmisi nyeri, dengan demikian maka akan terjadi respon penurunan nyeri (Rahmatika et al., 2022).

V. CONCLUSION

Berdasarkan studi kasus yang telah dilakukan yaitu penerapan dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender pada pasien Aromaterapi Lavender Pada Pasien Hipertensi Di Desa Prigi Kecamatan Padamara Kabupaten Purbalingga dengan keluhan nyeri akut terdapat penurunan intensitas nyeri yang diterapkan selama 2x24 jam menunjukkan hasil signifikan dari skala nyeri 5 (nyeri sedang) menjadi skala nyeri 2 (nyeri ringan).

REFERENCES

- Handayani, R., Mutiara Sanni, N., & Ayu, I. M. (2023). Pola Makan sebagai Faktor Risiko Hipertensi pada Pekerja. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(4), 588–594. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i4.2963>
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). Hipertensi. *Jurnal Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 4(1), 88–100.
- Mokoginta, F., Jama, F., & Padhila, N. I. (2021). Lilin Aromaterapi Lavender Dapat Menurunkan

- Tingkat Dismenore Primer. *Window of Nursing Journal*, 1(2), 113–122. <https://doi.org/10.33096/won.v1i2.309>
- Nisa, K., & Hidayani, H. (2023). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Akseptor Kb Implan Di Puskesmas Haurpanggung Kabupaten Garut Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(10), 3970–3981. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i10.1620>
- Rahmatika, D., Utami, I. T., Purwono, J., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Pasien Nyeri Kepala Di Ruang Saraf Rsud Jend. Ahmad Yani Metro Application of Lavender Aromatherapy Towards Patients of Head Pain in the Nerve Room of Regional Public Hospital General Ahmad Yani Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(1).
- Rayatin, L., Priyono, T. F., Studi, P., Ners, P., Kesehatan, F. I., Tangerang, U. M., Ners, M. P., Kesehatan, F. I., & Tangerang, U. M. (2023). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri. *Jurnal Kesehatan Masa Depan*, 2(1), 45–64.
- Shiddiqiyah, N., & Utami, T. (2023). Penerapan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Pada Pasien Post Sectio Caesarea Di RSUD Kardinah Tegal. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(4), 60–65. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i4.2504>
- Supriadi, F. E., Fitri, N. L., Dewi, N. R., Dharma, A. K., & Metro, W. (2024). Penerapan Slow Deep Breathing Terhadap Nyeri Kepala Pasien Hipertensi Di Ruang Penyakit Dalam a Rsud Jend. Ahmad Yani Metro the Application of Autogenic Relaxation and Candana Aromatherapy on Blood Pressure in Hypertension Patients in the Education Room i. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(4), 542–551.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia*. Dewan Pengurus Pusat.
- Tirtawati, G. A., Purwandari, A., & Yusuf, N. H. (2020). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Post Sectio Caesarea. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(2), 38–44. <https://doi.org/10.47718/jib.v7i2.1135>
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab_1