

MENURUKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DENGAN AROMA TERAPI BUNGA MAWAR

W Wahyuni*, Siti Fatmawati, Ika Silvitasari

Universitas Aisyiyah Surakarta

*e-mail: yunyskh@gmail.com

Abstract

Keywords:
Hipertensi;
lansia; aroma
terapi

Latar belakang: Penyakit Hipertensi saat ini dikenal oleh banyak orang sedangkan hipertensi kebanyakan diderita oleh lansia. Dalam mempertahankan tekanan darah tetap dalam kondisi normal dibutuhkan beberapa terapi diantaranya dengan terapi non farmakologis salah satunya pemberian aroma terapi bunga mawar. Adapun cara kerjanya saat aromaterapi mawar dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah (Ridho, 2015). Tujuan perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan aromaterapi bunga mawar pada pasien hipertensi akan diteliti. Metode penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Quasy experimental design dan metode one group pre and post test design pada 20 responden dengan analisa uji T-test dengan signifikansi α 0,05. Hasil: Didapatkan hasil mean 38.25 dan P: 0.000 sehingga H_0 ditolak H_a diterima, Kesimpulan: Ada beda rata-rata sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

PENDAHULUAN

Peran perawat dalam pemberian asuhan keperawatan adalah membantu penderita hipertensi untuk mempertahankan tekanan darah pada tingkat normal dan meningkatkan kualitas kesehatannya secara maksimal dengan cara memberi intervensi asuhan keperawatan, sehingga dapat terjadi perbaikan kesehatan untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan pengobatan farmakologis yang bersifat jangka panjang. Obat – obatan hipertensi berupa diuretik, betabloker, ACE inhibitor, angiotensin II receptor blocker, antagonis kalsium, vasodilator (Rusdi dan Nurlaena Isnawati,

2009). Selain itu jenis terapi alternatif non farmakologis meliputi Akupresur (akupuntur tanpa jarum), pengobatan herbal dari cina, terapi jus, pijat, yoga, aromaterapi, pernafasan dan relaksasi, pengobatan pada pikiran dan tubuh : *biofeedback* meditasi, hypnosis, perawatan dirumah (Ritu Jain, 2011).

Hasil penelitian dari Ni Made Kenia (2013) dengan judul pengaruh relaksasi aromaterapi mawar terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi dapat diketahui hasil tekanan darah pada lansia sesudah diberikan aromaterapi mawar selama 10 menit dapat menurunkan tekanan

darah dengan nilai mean penurunan sistolik dan diastolik yaitu 10,63 mmHg dan 10,18 mmHg dan nilai maksimal penurunan sistolik dan diastolik 28,00 mmHg dan 20,00 mmHg. Penelitian tersebut didukung oleh jurnal penelitian lain, M. Ridho (2015) bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Desa Bundung Laut Kabupaten Mempawah tahun . Penelitian Mariza (2017) menyatakan bahwa ada pengaruh dalam pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada wanita lanjut usia di UPTD Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

Aromaterapi bunga mawar dapat digunakan untuk menenangkan pikiran sebagai aromaterapi, selain itu bunga mawar juga dapat membantu memerangi depresi dan kecemasan yang berdampak pada gangguan tidur, dapat memperkuat saluran pencernaan, serta dapat membantu membersihkan limbah beracun yang berada di saluran kemih, dapat mengontrol keseimbangan produksi hormon serta memperlancar sirkulasi darah hingga memperlambat resiko penyakit jantung, sakit kepala, gangguan tekanan darah dan lain-lain. Saat aromaterapi mawar dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah (Ridho, 2015). Bunga mawar terdapat kandungan-kandungan senyawa kimia yang memiliki aroma khas yang akan diterima oleh saraf penciuman selain itu bunga mawar dapat memperlancar sirkulasi darah, sakit kepala, dan gangguan tekanan darah. Selain itu, bahan kimia yang terkandung dalam minyak astiri bunga mawar diantaranya sistral, sitronelol, geraniol, linalol, nerol, eugenol, feniletil, alkohol, feresoal, nonil, dan aldehida suatu pesan

elektro kimia akan ditransmisikan melalui olfaktori kedalam sistem limbik. Efek farmakologis mawar diantaranya melancarkan sirkulasi darah, anti radang, menghilangkan bengkak, dan menetralkan racun

Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo menaungi 12 puskesmas, salah satunya adalah Puskesmas Bendosari, berdasarkan data Penyakit Tidak Menular (PTM), dapat diketahui angka kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bendosari mengalami penurunan jumlah yakni sebanyak 2.786 orang pada tahun 2015 dan sebanyak 1.512 orang di tahun 2016. Dari data yang telah diperoleh penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit yang menempati urutan pertama di Puskesmas Bendosari. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 13 januari 2010 dari hasil wawancara pada 10 orang penderita hipertensi di Puskesmas Bendosari, 6 diantaranya mengatakan bahwa jika obatnya sudah habis maka mereka berhenti minum obat, selain karena enggan kembali ke pelayanan kesehatan mereka juga berasumsi bahwa dengan menggunakan aroma terapi bunga mawar dapat membantu merilekkan dan badan badan jadi seger kembali sehingga tidak merasakan pusing yang mengacu pada terjadinya hipertensi. Sedangkan 4 yang lainnya mengatakan jika obatnya sudah habis maka mereka akan kembali memeriksakan dirinya ke Puskesmas. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan tujuan dari penelitian ini mengetahui pengaruh aroma terapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi

METODE

Jenis penelitian *kuantitatif* dengan desain *Quasy experimental design* dan metode *one group pre and post test design*

yaitu satu kelompok responden pada penelitian ini diobservasi terlebih dahulu sebelum diberi perlakuan, kemudian setelah diberi perlakuan responden tersebut diobservasi kembali tekanan darahnya jumlah responden sebanyak 20 responden

HASIL

Jenis Kelamin Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Kelompok Terapi Musik Klasik Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Presentase %
Laki-laki	2	10
Perempuan	18	90
Total	20	100

Sumber : Data Primer, 2020

Tabel 1 Menggambarkan dari responden sejumlah 20 sebagian besar berjenis kelamin perempuan, dan sebagian kecil berjenis kelamin laki-laki

Tekanan Darah Responden Sebelum dilakukan terapi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Terapi aroma terapi

Hipertensi	Frekuensi (n)	Presentase %
Ringan	14	70
Sedang	6	30
Pre hipertensi	-	-
Total	20	100

Sumber : Data Primer, 2020

Tabel 2 Menggambarkan dari 20 reponden sebagian besar sebelum dilakukan aroma trapi hipertensi ringan dan sebagian kecil hipertensi sedang menderita hipertensi sedang

Tekanan Darah Responden Sesudah Dilakukan Terapi

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Terapi aroma terapi bunga mawar.

Hipertensi	Frekuensi (n)	Presentase %
Pre Hipertensi	14	70
Ringan	4	20
Sedang	2	10
Total	20	100

Sumber : Data Primer, 2020

Tabel 3 Menunjukkan dari 20 responden setelah dilakukan pemberian aroma terapi dikategorikan sebagian besar pre hipertensi, dan sebagian kecil hipertensi sedang.

Analisis Bivariat

Tabel 4 Tingkat Hipertensi Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi aroma terapi bunga mawar

Perlakuan	Tingkat hipertensi			Jumlah
	Pre Hip	Ringan	Sedang	
Sebelum	-	14	6	20
Setelah	14	4	2	20

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi aroma terapi *bunga mawar* mayoritas mengalami hiperetensi ringan sedangkan setelah diberikan aroma terapi bunga mawar mayoritas mengalami pre hipertensi atau tensinya normal .

Uji statistik *paired T Test* digunakan untuk mengetahui pengaruh Terapi aroma terapi bunga mawar Terhadap Penurunan tekanan darah Pada lansia hipertensi statistik dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 5 Hasil Uji Statistik paired T Test Tingkat hipertensi Sebelum dan Setelah Diberikan Terapi aroma terapi bunga mawar Pada lansia hipertensi

	Wilcoxon	
	Mean	P
Skor hipertensi	38.250	0.000

Bermakna, nilai $p \leq 0,05$.

Tabel 5. Hasil uji statistik *paired T Test* menunjukkan bahwa dari 20 responden, tingkat hipertensi dari semua responden setelah diberikan terapi aroma terapi bunga mawar terjadi penurunan. Nilai signifikansi (*p-value*) $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu ada pengaruh signifikan pemberian terapi aroma terapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada lansia

PEMBAHASAN

Tingkat hipertensi Pada lansia Sebelum Diberikan Terapi aroma terapi bunga mawar .

Hasil analisa data diketahui bahwa frekuensi tingkat hipertensi sebelum diberi intervensi terapi aromaterapi bunga mawar dari 20 responden pasien hipertensi, sebagian besar responden mengalami hipertensi ringan sebanyak 14 responden (70%)

Faktor berpengaruh terhadap usia sangat hipertensi karena dengan bertambahnya umur maka semakin tinggi mendapat resiko hipertensi. Insiden hipertensi makin meningkat dengan meningkatnya usia. Ini sering disebabkan oleh perubahan alamiah di dalam tubuh yang mempengaruhi jantung, pembuluh darah dan hormon. Hipertensi pada yang berusia kurang dari 35 tahun akan menaikkan insiden penyakit arteri koroner dan kematian premature .

Hipertensi merupakan penyakit yang sering diderita lansia. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Pada populasi lansia, hipertensi didefinisikan sebagai tekanan sistolik 160 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg (Brunner dan Suddarth, 2010). Semakin tua usia seseorang risiko hipertensi semakin tinggi. Hal ini disebabkan karena elastisitas pembuluh darah mengalami penuaan sehingga, pada gilirannya menyebabkan penyempitan pembuluh darah dan tekanan darah meningkat. (tilong 2014)

Tingkat hipertensi Pada lansia Setelah pemberian aroma terapi bunga mawar .

Hasil analisa data diketahui bahwa frekuensi tingkat hipertensi setelah diberi intervensi terapi aromaterapi bunga mawar dari 20 responden pasien hipertensi, sebagian besar responden mengalami pre

hipertensi sebanyak 14 responden (70%) Hipertensi ringan 4 responden (20%) sedangkan yang sedang tinggal 2 responden (10%). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian terapi aroma terapi bunga mawar dapat digunakan untuk mengurangi tingkat hipertensi lansia. Hal ini juga diperkuat oleh pendapat (2016; Wade) bahwa penggunaan minyak Penggunaan aroma minyak esensial dapat membuat penderita hipertensi menjadi lebih rileks sehingga aliran darah dapat berjalan dengan lancar serta dapat mencegah stres pada penderita hipertensi. Sedangkan Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nopriani et al (2018), menjelaskan bahwa didalam mawar mengandung sitronelol dan geraniol sebanyak 75% yang dapat menimbulkan efek relaksasi bagi seseorang secara fisik maupun psikologisnya. Sitronelol dan geraniol juga mengandung molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang, menghilangkan depresi, nyeri haid, mengobati luka memar, memperlancar haid dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah dan dapat bekerja dengan cara merangsang saraf hidung dan otak. Ketika kita menghirup uap minyak esensial, aromanya akan memasuki rongga hidung lalu merangsang sistem saraf di otak yang berperan dalam pengaturan emosi. Aroma dari minyak esensial akan merangsang area hipotalamus yang berperan sebagai regulator memunculkan pesan yang harus disampaikan ke otak. Pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan yang berupa senyawa elektrokimia yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah. Pada saat aromaterapi mawar (*Rosa Centifolia*) dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang,

menghilangkan depresi, nyeri haid, mengobati luka memar, memperlancar haid dan dapat memperlancar aliran darah

Analisis Pengaruh Sebelum Dan Setelah Dilakukan Terapi aroma terapi bunga mawar pada penderita hipertensi .

Hasil uji Berdasarkan hipotesis dengan menggunakan uji Paired T test diperoleh nilai signifikansi (*p-value*) (0,000) < (0,05) hal tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara terapi aroma terapi bunga mawar dengan penurunan tingkat hipertensi. Penelitian ini menggunakan media aroma terapi cara menghirup aroma terapi bunga mawar. Hasil penelitian pada penelitian ini adalah ada pengaruh aroma terapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi. Hal ini juga didukung oleh responden dalam wawancara dimana merasakan rilek dan seger setelah menghirup bau aroma terapi bunga mawar. Hal ini juga sesuai dengan penelitian (Melani, dkk, 2013) Penurunan tekanan darah terjadi karena ada kandungan dari minyak bunga mawar yaitu *linanol* yang berfungsi sebagai penenang saraf, pelancar sirkulasi darah, pembebas jantung dari kemacetan, serta penyehat pembuluh kapiler. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Kalsum 2016 dalam Ashar.S., dkk 2018, Aromaterapi mawar membuat sirkulasi darah menjadi lancar, pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa efek tindakan aromaterapi mawar bisa menurunkan tekanan darah dan membuat sirkulasi peredaran darah menjadi lancar. Menurut . Mariza.,A dan Annisa U.K (2017) bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada wanita lanjut usia di UPTD Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Lampung Selatan dan hasil ini juga sesuai penelitiannya pengaruh yang signifikan dari terapi relaksasi (aromaterapi mawar) terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian dapat kami simpulkan sebagai berikut :

Tekanan darah sebelum dilakukan pemberian aroma terapi bunga mawar responden dengan hipertensi ringan sebanyak 14 (70%) sedangkan hipertensi sedang sebanyak 6 responden (30%) , Tekanan darah setelah dilakukan pemberian aroma terapi bunga mawar distribusi responden dengan pre hipertensi atau normal 14 responden(70%) sedangkan hipertensi ringan sebanyak 4(%) sedangkan hipertensi sedang sebanyak 2 responden (37,5%).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ritu, J. 2011. *Pengobatan Alternatif untuk Mengatasi Tekanan Darah*. Jakarta : Gramedia.
- [2] Ni Made Kenia, Dian Taviyand (2013) Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Mawar) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi, *Jurnal STIKES Volume 6, No. 1, Juli 2013*
- [3] M. Ridho. 2015. *Pengaruh Pemberian aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lanjut Usia dengan Hipertensi di Sungai Bandung Laut Kabupaten Mampawah Tahun 2015*.
- [4] Mariza A dan Annisa U.K (2017), Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Wanita Lanjut Usia Di Uptd Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Lampung Selatan, *Jurnal Kesehatan, Volume VIII, Nomor 1, April 2017, hlm 30-35*
- [5] Tilong, D., A. 2014. *Waspada !!! Penyakit-penyakit Mematika Tanpa Gejala Menyolok*. Jogjakarta : Buku Biru.
- [6] Wade, C. 2016. *Mengatasi Hipertensi*. Bandung : Nuansa Cendekia
- [7] Melani, dkk. (2013). *Inhalasi Minyak Esensial Mawar (Rose) Untuk Menurunkan*

Tekanan Darah Pada Penderita Tekanan Darah Tinggi. Diakses pada tanggal 20 April 2020 dari: <http://prosiding.papsi.org/index>

- [8] Ashar, S., Herdy Juniawan, Gathut Pringgotomo (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 Desember 2018
- [9] Mariza, A., dan Kalsum, A. U. 2017. Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Wanita Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, Volume VIII (1) : 30-35.
- [10] Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. 2017. *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2017*. Jawa Tengah.