

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi masih menjadi hal yang sangat penting di Indonesia. Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang menjadi ancaman bagi masyarakat karena dapat menyebabkan komplikasi, seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal, dan stroke (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, penderita hipertensi sekitar 22% dari total orang di seluruh dunia. Sebanyak kurang dari seperlima jumlah penderita tersebut melakukan upaya pengendalian tekanan darah. Prevalensi hipertensi tertinggi berdasarkan wilayah WHO terdapat di Afrika sebesar 27%. Diikuti oleh Mediterania Timur sebesar 26% dan Asia Tenggara sebesar 25% terhadap total penduduk (*World Health Organization*, 2019). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk dengan usia 18 tahun ke atas sebesar 34,11%. Prevalensi ini meningkat 8,31% dari hasil Riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8% (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, kasus hipertensi di Kabupaten Sleman terus meningkat seiring berjalannya waktu. Hipertensi menduduki urutan kedua penyakit terbesar rawat jalan Puskesmas pada tahun 2015, kemudian terjadi transisi pola

penyakit pada tahun 2020 yang menjadikan hipertensi sebagai urutan pertama di antara enam penyakit lainnya.

Kebanyakan penderita tidak menyadari bahwa mereka mengalami hipertensi karena sering tidak disertai keluhan, disebut juga sebagai “*the silent killer*” atau pembunuh senyap. Upaya pengendalian tekanan darah perlu dilakukan untuk mencegah komplikasi hipertensi maupun kematian akibat hipertensi dengan cara farmakologi dan non-farmakologi. Cara farmakologi merupakan upaya pengobatan untuk menstabilkan tekanan darah pada penderita hipertensi yang dapat diawali dari pelayanan kesehatan tingkat pertama seperti klinik atau Puskesmas (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Cara non-farmakologi merupakan terapi pelengkap atau pendamping dari pengobatan farmakologi sehingga dapat mengontrol tekanan darah (Hikayati, 2012).

Salah satu terapi non-farmakologi yang dapat diberikan pada penderita hipertensi adalah dengan menggunakan bahan-bahan alami seperti aroma terapi. Aroma terapi adalah suatu cara untuk meningkatkan kesejahteraan fisik, emosional, dan spiritual dengan menggunakan terapi minyak esensial dari bunga, tumbuhan, dan pohon (*National Cancer Institute*, 2012). Sebagaimana dianjurkan dalam Hadits Muslim nomor 2952, Rasulullah SAW bersabda:

إِنَّ أَفْضَلَ مَا تَدَاوَيْتُمْ بِهِ الْحِجَامَةُ وَالْقُسْطُ الْبَحْرِيُّ

Artinya: Sesungguhnya bekam dan Qusth Al Bahri (sejenis tumbuhan) merupakan pengobatan terbaik yang dapat kalian gunakan.

Kata *Al-Qusth* yang dimaksud dalam hadits tersebut merupakan salah satu jenis kayu yang dijadikan wewangian atau aroma terapi oleh Rasulullah SAW dan memiliki berbagai manfaat untuk kesehatan. Aroma terapi dapat mengaktifkan sistem limbik untuk berinteraksi dengan korteks serebral sehingga dapat mengontrol detak jantung, tekanan darah, pernapasan, tingkat stres, dan tingkat hormon (Kiecolt-Glaser *et al.*, 2008). Bunga lavender (*Lavandula angustifolia*) sering digunakan untuk tujuan terapeutik karena dapat membuat rileks dan tidak menimbulkan iritasi pada kulit (Lindquist *et al.*, 2014).

Berdasarkan pendahuluan dari penelitian-penelitian sebelumnya, diketahui bahwa aroma terapi lavender efektif dalam menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Sejauh ini peneliti belum menemukan penelitian pada penderita hipertensi yang telah mengkonsumsi obat. Peneliti tertarik untuk mengkaji lebih jauh mengenai pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Prambanan Kabupaten Sleman.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Prambanan Kabupaten Sleman?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Prambanan Kabupaten Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum diberikan aroma terapi lavender pada penderita hipertensi di Puskesmas Prambanan Kabupaten Sleman.
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sesudah diberikan aroma terapi lavender pada penderita hipertensi di Puskesmas Prambanan Kabupaten Sleman.
- c. Menganalisis pengaruh aroma terapi lavender terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Prambanan Kabupaten Sleman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dalam bidang kesehatan dan pengembangan ilmu pengetahuan. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat untuk Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipertimbangkan dalam mengambil keputusan terkait pengelolaan hipertensi.

b. Manfaat untuk Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai terapi pendamping selain pengobatan yang efektif dalam mengatasi hipertensi dan mudah diterapkan sendiri di rumah.

c. Manfaat untuk Peneliti

Penelitian ini menjadi wadah dan sarana pembelajaran bagi peneliti terkait pengelolaan hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Judul Penelitian	Variabel	Metode	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	Pengaruh Pemberian Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Hipertensi Dusun Pengkol, Desa Depok, Kecamatan Toroh	Independen: Aroma terapi lavender Dependen: Tekanan darah	<i>Quasy eksperiment dengan pre-test and post-test with control group</i>	Hasil menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian relaksasi aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi pada kelompok intervensi	Kriteria responden: Tidak mengkonsumsi obat hipertensi Perlakuan: Relaksasi aroma terapi 3 tetes minyak esensial lavender selama 10 menit dalam 3 hari

(Sutrisno *et al.*, 2021)

2.	Perbandingan Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Aroma Terapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi	Independen: Terapi rendam kaki air hangat dan aroma terapi lavender Dependen: Tekanan darah	<i>Quasy eksperiment dengan pre test and post test design with two comparison treatments</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi rendam kaki air hangat dan aroma terapi lavender dapat menurunkan tekanan darah penderita hipertensi, tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua perlakuan	Kriteria responden: Tidak mengkonsumsi obat hipertensi Perlakuan: Terapi rendam kaki air hangat dengan suhu 38°C selama 10 menit dalam 7 hari dan aroma terapi lavender 5 tetes minyak esensial lavender selama 10 menit dalam 7 hari
	(Zarastika, 2017)				
3.	The Influence of Lavender Aroma Therapy on Decreasing Blood Pressure in Hypertension Patients	Independen: Aroma terapi lavender Dependen: Tekanan darah	<i>Quasy eksperiment dengan subject equal design</i>	Hasil menunjukkan bahwa penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik dengan perlakuan lebih besar dibandingkan tanpa perlakuan, terdapat pengaruh aroma terapi lavender terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik	Metode penelitian: <i>Subject equal design</i> Populasi penelitian: lansia Perlakuan: Relaksasi aroma terapi 5 tetes minyak esensial lavender selama 10 menit dalam 14 hari
	(Gultom <i>et al.</i> , 2016)				