

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI PANDAN WANGI DAN LEMON  
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG  
KOTA BENGKULU**



**SKRIPSI**

**OLEH**

**RINNA DESTIA  
NPM : 2014201009**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU  
TA. 2025**

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI PANDAN WANGI DAN LEMON  
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG  
KOTA BENGKULU**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Bengkulu**

**OLEH**

**RINNA DESTIA  
NPM : 2014201009**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU  
TA. 2025**

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

**EFEKTIFITAS AROMATERAPI PANDAN WANGI DAN LEMON  
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG  
KOTA BENGKULU**

**OLEH**

**RINNA DESTIA**

**NPM.2014201009**

**DI SETUJUI**

**PEMBIMBING**

A handwritten signature in black ink, consisting of a long horizontal line with a stylized 'A' and 'S' in the middle, followed by a small 'v' shape at the end.

**Ns. Andry Sartika.,S.Kep.,M.Kep**

## **SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rinna Destia  
NPM : 2014201009  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI PANDAN WANGI DAN LEMON  
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU**

Adalah benar karya saya sendiri, bebas dari plagiat atau penyontekan. Apabila dikemudian hari terdapat kesalahan berkaitan dengan penyusunan skripsi ini, maka semua akibat dari hal ini merupakan tanggung jawab saya sendiri.

Surat pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Atas perhatian Bapak saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 27 Februari 2025

Hormat saya,



RINNA DESTIA

NPM : 2014201009

## PENGESAHAN SKRIPSI

### EFEKTIVITAS AROMATERAPI PANDAN WANGI DAN LEMON TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Hari : Kamis  
Tanggal : 27 Februari 2025  
Tempat : Kampus IV UMB

OLEH

RINNA DESTIA  
NPM : 2014201009

DEWAN PENGUJI

Nama Penguji

1. Ns. Andry Sartika, S.Kep., M.Kep  
Ketua
2. Dr. Eva Oktavidiati, M.Si  
Anggota
3. Ns. M. Bagus Andrianto, S.Kep., M.Kep  
Anggota

Tanda Tangan

(.....)  
(.....)  
(.....)

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UMB



Dr. Eva Oktavidiati, M.Si  
NIP.196810051994022002

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO

*“Tidak ada ujian yang tidak bisa di selesaikan. Tidak ada kesulitan yang melebihi batas kesanggupan karna Allah tidak membebani seseorang, melainkan sesuai dengan kadar kesanggupannya , QS. Al-Baqarah : 286*

*“Tanpa impian kita tidak akan meraih apapun, tanpa cinta kita tidak akan merasakan apapun, Tanpa Allah kita bukan siapa-siapa”*

*“Kesalahan adalah pengalaman hidup, belajarlh darinya. Jangan membuang waktumu untuk menjadi sempurna”*

*“Kumulai dengan keyakinan, kujalani dengan keikhlasan dan kuakhiri dengan kebahagiaan”*

*“Pedang terbaik yang dimiliki ialah sebuah kesabaran tanpa batas”*

### PERSEMBAHAN

Puji syukur dihanturkan kehadiran Allah SWT atas segala limpahan karunia-nya sehingga penulisan ini, dapat selesai dengan bail dan tepat, Dengan rasa bangga, karya ini, penulis persembahkan kepada:

1. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Meldi Yunizar. Beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau bekerja keras serta mendidik, memberi motivasi, memberikan dukungan sehingga Rinna mampu menyelesaikan studi sampai S.Kep.
2. Pintu surgaku, Ibunda Lismi Ridayani. Beliau sangat berperan penting dalam proses menyelesaikan progam studi saya, beliau juga tidak sempat merasakan Pendidikan dibangku perkuliahann, namun beliau tidak henti

memberi semangat, serta do'a yang selalu mengiringi langkah Rinna sehingga Rinna bisa menyelesaikan program studi sampai selesai.

3. Untuk adik-adikku (Bella Safera dan Kaka Franata ) terimakasih untuk semangat yang kalian berikan
4. Kepada teman Seperjuangan ku Bella Juwita, Rindang Ayu Lestari, Bunga Lestari. Terimakasih atas segala motivasi,waktu dan ilmu yang di jalani bersama selama menjalani masa-masa skripsian.
5. Ns. Andry Sartika, S.Kep., M,Kep selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir. Terimakasih telah memberi bimbingan, nasihat, dan dukungannya.
6. Seluruh keluarga besar ku yang selalu mendukung, memberikan dorongan, semangat dan motivasi selama proses pembuatan skripsi ini untuk berhasil dan bisa lulus tepat waktu.
7. Seluruh dosen Ilmu Keperawatan yang telah memberikan ilmu dan inspirator dalam hidupku, terkhusus kepada pembimbingku Bapak Andry Sartika S. Kep Ns., M.Kep. dan pengujiku ibu Eva Oktavidiati M.Si dan M.Bagus Andrianto S.Kep., Ns., M.Kep yang telah membimbing dan mengarahkan ku selama ini.



## RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : RINNA DESTIA  
NPM : 2014201019  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Jurusan : Ilmu Keperawatan  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat/Tanggal lahir : Muara Dua Nasal, 20 Mei 2002  
Alamat : Desa Muara Dua Kec. Nasal, Kab. Kaur, Provinsi  
Bengkulu  
Orang Tua :  
Ayah : Melldi Yunizar  
Ibu : Lismi Ridayani  
Alamat : Desa Muara Dua Kec. Nasal, Kab. Kaur, Provinsi  
Bengkulu  
Riwayat Pendidikan :  
SDN 17 KAUR : 2008-2014  
SMPN 33 KAUR : 2014-2017  
SMKN 07 TPM KAUR : 2017-2020  
Prodi Ilmu Keperawatan : 2020-2025  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Bengkulu



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**RINNA DESTIA**

**ANDRY SARTIKA., S.Kep., Ners., M.Kep**

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI PANDAN WANGI DAN LEMON  
TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI  
WILAYAH KERJA PUSKESMAS KANDANG KOTA BENGKULU**

xviii + 82 Halaman + 11 tabel + 6 Gambar + 10 Lampiran

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan suatu penyakit jantung dan pembuluh darah yang mematikan banyak penduduk di negara maju dan berkembang termasuk Indonesia.

Tujuan penelitian untuk mengetahui efektifitas aromaterapi pandan wangi dan aromaterapi lemon terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu.

Desain penelitian adalah Kuantitatif dengan desain penelitian “*Quasi Exsperiment*”. Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre and posttest design*.

Hasil penelitian menunjukkan, tekanan darah sistol pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi pandan wangi paling banyak pada kategori hipertensi tingkat 1, dan diastol sebelum intervensi paling banyak pada kategori hipertensi tingkat 1 dan sesudahnya pada kategori pre hipertensi. Tekanan darah sistol pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon paling banyak pada kategori hipertensi tingkat 1 dan diastole pre hipertensi.

Simpulan, bahwa pemberian aromaterapi pandan wangi dan aromaterapi lemon efektif terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu. Saran, penderita hipertensi dapat melakukan terapi alternative dalam menurunkan tekanan darah salah satunya seperti menggunakan aromaterapi pandan wangi dan aromaterapi lemon yang dapat meningkatkan kualitas hidup.

**Kata kunci :** Aromaterapi, Hipertensi, Lemon, Tekanan Darah, Pandan Wangi.  
**Daftar Bacaan :** 37 (2014 – 2024)

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**RINNA DESTIA**

**ANDRY SARTIKA., S.Kep., Ners., M.Kep**

***EFFECTIVENESS OF PANDAN WANGI AND LEMON  
AROMATHERAPY ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS  
IN THE WORKING AREA OF KANDANG HEALTH CENTER BENGKULU  
CITY***

xviii + 82 Pages + 11 tables + 6 Figures + 10 Attachments

**ABSTRACT**

*Hypertension is a heart and blood vessel disease that kills many people in developed and developing countries including Indonesia.*

*The purpose of this study was to determine the effectiveness of pandan wangi aromatherapy and lemon aromatherapy on blood pressure in hypertension patients in the Kandang Health Center Work Area, Bengkulu City.*

*The research design was quantitative with a "Quasi Experiment" research design. The research design used in this study was pre and posttest design.*

*The results of the study showed that systolic blood pressure in hypertensive patients before and after administration of pandan aromatherapy was most in the category of hypertension level 1, and diastolic before the intervention was most in the category of hypertension level 1 and after in the category of pre-hypertension. Systolic blood pressure in hypertensive patients before and after administration of lemon aromatherapy was most in the category of hypertension level 1 and diastolic pre-hypertension.*

*The conclusion is that administration of pandan wangi aromatherapy and lemon aromatherapy is effective in reducing blood pressure in hypertension patients in the Kandang Health Center Work Area, Bengkulu City. Suggestions, hypertension patients can do alternative therapy to lower blood pressure, one of which is using pandan wangi aromatherapy and lemon aromatherapy which can improve quality of life.*

**Keywords:** Aromatherapy, Hypertension, Lemon, Blood Pressure, Pandan Wangi.  
**Reading List:** 37 (2014 – 2024)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmatnya, sehingga peneliti bisa menyelesaikan skripsi dengan judul **“Efektivitas Aromaterapi Pandan Wangi dan Lemon Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu”**.

Dalam penyusunan skripsi penelitian ini, peneliti menghadapi berbagai kendala dan hambatan yang akhirnya dapat dilalui berkat bimbingan dan dukungan berbagai pihak, baik moril maupun spiritual. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Eva Oktavidiati, M.Si. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Sekaligus Dosen Penguji 1 yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan selama penyusunan skripsi ini
2. Ibu Ns. Lussyefrida Yanti, S. Kep, M.Kep. Selaku Kepala Prodi Ilmu Keperawatan yang telah memberikan dukungan pengarahan selama masa penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Ns. Andry Sartika, S.Kep., M.Kep. Selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan selama penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Ns. M. Bagus Andrianto, S.Kep., M.Kep. Selaku Dosen Penguji 2 yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan selama penyusunan skripsi ini.

5. Seluruh jajaran Dosen dan Staff Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Akhirnya dengan segala kerendahan hati penulis berharap semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, kritik dan saran sangat diharapkan demi perbaikan Skripsi ini di masa yang akan datang.

Bengkulu, 27 Februari 2025

Penulis

Rinna Destia  
NPM 2014201009

## DAFTAR ISI

|                                               | <b>Halaman</b> |
|-----------------------------------------------|----------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>                    | <b>i</b>       |
| <b>HALAMAN PENGAJUAN .....</b>                | <b>ii</b>      |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>              | <b>iii</b>     |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>               | <b>iv</b>      |
| <b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT .....</b>   | <b>v</b>       |
| <b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b> | <b>vi</b>      |
| <b>MOTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>             | <b>vii</b>     |
| <b>RIWAYAT HIDUP PENULIS .....</b>            | <b>ix</b>      |
| <b>ABSTRAK .....</b>                          | <b>x</b>       |
| <b>ABSTRACT .....</b>                         | <b>xi</b>      |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                   | <b>xii</b>     |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                       | <b>xiv</b>     |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                     | <b>xvi</b>     |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                    | <b>xvii</b>    |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                  | <b>xviii</b>   |
| <b>BAB I. PENDAHULUAN .....</b>               | <b>1</b>       |
| 1.1 Latar Belakang .....                      | 1              |
| 1.2 Identifikasi Masalah .....                | 3              |
| 1.3 Batasan Masalah .....                     | 4              |
| 1.4 Rumusan Masalah .....                     | 4              |
| 1.5 Tujuan Penelitian .....                   | 5              |
| 1.6 Manfaat Penelitian .....                  | 5              |
| 1.7 Keaslian Penelitian .....                 | 7              |
| <b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA .....</b>         | <b>9</b>       |
| 2.1 Dasar Teori .....                         | 9              |
| 2.2 Kerangka Teori .....                      | 27             |
| 2.3 Kerangka Konsep Penelitian .....          | 28             |
| 2.4 Hipotesis .....                           | 28             |
| <b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN .....</b>   | <b>29</b>      |
| 3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian .....      | 29             |

|                                                                                                              |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....                                                                        | 30        |
| 3.3 Populasi dan Sampel .....                                                                                | 30        |
| 3.4 Definisi Operasional .....                                                                               | 32        |
| 3.5 Instrumen Penelitian .....                                                                               | 33        |
| 3.6 Teknik Pengumpulan Data .....                                                                            | 33        |
| 3.7 Teknik Analisis Data .....                                                                               | 33        |
| <b>BAB IV. HASIL PENELITIAN .....</b>                                                                        | <b>35</b> |
| 4.1 Gambaran Tempat Penelitian .....                                                                         | 35        |
| 4.2 Jalannya Penelitian .....                                                                                | 35        |
| 4.3 Hasil Penelitian .....                                                                                   | 37        |
| <b>BAB V. PEMBAHASAN .....</b>                                                                               | <b>41</b> |
| 5.1 Karakteristik Demografi Responden .....                                                                  | 41        |
| 5.2 Efektivitas Pemberian Aromaterapi Pandan Wangi terhadap<br>Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi ..... | 42        |
| 5.3 Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lemon terhadap<br>Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi .....        | 44        |
| <b>BAB VI. SIMPULAN DAN SARAN .....</b>                                                                      | <b>46</b> |
| 6.1 Simpulan .....                                                                                           | 46        |
| 6.2 Saran .....                                                                                              | 46        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                                                                                  | <b>48</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                                                                                        | <b>51</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                           | <b>Halaman</b> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Tabel 1.1 Keaslian penelitian .....                                                                                       | 7              |
| Tabel 2.1 Klasifikasi derajat hipertensi secara klinis .....                                                              | 17             |
| Tabel 3.1 Definisi istilah dan skala pengukuran variabel penelitian .....                                                 | 29             |
| Tabel 4.1 Karakteristik Responden.....                                                                                    | 37             |
| Tabel 4.2 Tekanan Darah Sebelum Pemberian Aromaterapi Pandan<br>Wangi .....                                               | 38             |
| Tabel 4.3 Tekanan Darah Sesudah Pemberian Aromaterapi Pandan<br>Wangi.....                                                | 38             |
| Tabel 4.4 Tekanan Darah Sebelum Pemberian Aromaterapi Lemon .....                                                         | 39             |
| Tabel 4.5 Tekanan Darah Sesudah Pemberian Aromaterapi Lemon.....                                                          | 39             |
| Tabel 4.6 Uji Normalitas .....                                                                                            | 40             |
| Tabel 4.7 Uji Homogenitas .....                                                                                           | 40             |
| Tabel 4.8 Efektivitas Aromaterapi Pandan Wangi dan Aromaterapi Lemon<br>Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi ..... | 41             |



## DAFTAR GAMBAR

|                                                                  | <b>Halaman</b> |
|------------------------------------------------------------------|----------------|
| Gambar 2.1 Pathway Hipertensi .....                              | 15             |
| Gambar 2.2 Tanaman Pandan Wangi dan Essensial Pandan Wangi ..... | 25             |
| Gambar 2.3 Buah Lemon dan Essensial Lemon .....                  | 27             |
| Gamabr 2.4 Kerangka teori .....                                  | 27             |
| Gambar 2.5 Kerangka konsep penelitian .....                      | 28             |
| Gambar 3.1 <i>Pretest Posttest Design</i> .....                  | 29             |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                          | <b>Halaman</b> |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Lampiran 1. Lembar kesediaan responden .....                             | 52             |
| Lampiran 2. Lembar observasi .....                                       | 53             |
| Lampiran 3. SOP Pemberian Aromaterapi dan Pengukuran Tekanan Darah ..... | 54             |
| Lampiran 4. Hasil Lembar Observasi .....                                 | 57             |
| Lampiran 5. Output SPSS .....                                            | 60             |
| Lampiran 6. Surat Izin Pra Penelitian .....                              | 65             |
| Lampiran 7. Surat Penelitian dari Fakultas Ilmu Kesehatan UMB .....      | 66             |
| Lampiran 8. Surat Izin dari Puskesmas Kandang .....                      | 67             |
| Lampiran 9. Surat Rekomendasi dari KESBANGPOL .....                      | 68             |
| Lampiran 10. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....                   | 69             |
| Lampiran 11. Berita Acara .....                                          | 70             |
| Lampiran 12. Dokumentasi Penelitian .....                                | 71             |

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih. Tekanan darah adalah kekuatan yang diberikan oleh darah pada dinding pembuluh darah oleh kontraksi jantung dan dipengaruhi oleh elastisitas dinding pembuluh darah (Ashar et al., 2018). Menurut data WHO tahun 2022, jumlah orang dewasa berusia 30-79 tahun yang menderita hipertensi meningkat dari 650 juta menjadi 1,28 miliar dalam 30 tahun terakhir. WHO juga memperkirakan kejadian hipertensi akan meningkat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2025. dan hingga 144 juta pasien akan meninggal akibat hipertensi setiap tahunnya, dengan masalah yang disebabkan oleh hipertensi akan terus meningkat. Angka hipertensi di Indonesia terus meningkat (Pradana et al., 2023).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun ke atas adalah 34,1%. Secara nasional, hasil Riskesdas 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi penduduk dengan hipertensi sebesar 8,31% dibandingkan tahun 2013 (25,8%). Prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, 23,7% dari 1,7% kematian di Indonesia pada tahun 2016 disebabkan oleh hipertensi (Vikantara et al., 2023).

Menurut data Profil Kementerian Kesehatan Provinsi Bengkulu (2022), prevalensi hipertensi di Bengkulu sebesar 168.519 (64%), dengan angka

prevalensi tertinggi di Kabupaten Bengkulu Utara sebesar 95%, diikuti oleh Rejang Lebong 91%, Seluma 83%, Lebong 82%, Muko-muko 81%, Kepahiang 48%, Kaur 31% dan Bengkulu Selatan 28%, sedangkan Kota Bengkulu menduduki peringkat ke-7 dengan angka prevalensi 41%, dan terendah adalah Bengkulu Tengah 22% terendah adalah Bengkulu Tengah 22% (Profil Riset Kesehatan Dasar, 2022).

Puskesmas Kandang dilihat dari data Dinkes Kota Bengkulu tahun 2022 berada pada urutan 5 tingkat kejadian hipertensi tertinggi dengan jumlah 2.261 orang. Sedangkan pada tahun 2023 terjadi peningkatan yang cukup tinggi penderita hipertensi di Puskesmas Kandang menjadi urutan ke 3 dengan jumlah 3.177 jiwa (Puskesmas Kandang Kota Bengkulu).

Tekanan darah yang tidak terkontrol pada pasien hipertensi dapat membahayakan nyawa mereka. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan dan penanganan baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Terapi non farmakologis yang dapat menurunkan hipertensi antara lain metode pengurangan stres, penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium dan tembakau, olahraga dan latihan serta relaksasi. Terapi non-farmakologis lain yang dapat menurunkan tekanan darah adalah aromaterapi, karena aromaterapi dapat menenangkan dan membuat orang merasa nyaman. Aroma menyentuh pusat emosi dan dapat menyeimbangkan emosi (Wulan & Wafiyah, 2018)

Menurut penelitian Priastomo et al., (2018), ketika pasien hipertensi diberikan aroma daun pandan wangi, tekanan darah sistolik menurun 7,5 mmHg, tekanan darah diastolik menurun 1,1 mmHg dan penurunan denyut jantung sebesar 3,1. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Saputra et al.,

(2024), kombinasi aromaterapi sari minyak lemon dan musik instrumental memberikan pengaruh terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik. Kombinasi kedua terapi ini dapat menurunkan hipertensi pada pasien hipertensi.

Menurut hasil survey yang dilakukan di Puskesmas Kandang Kota Bengkulu terdapat 3.177 pasien hipertensi. Pasien yang mengalami keluhan hanya diberikan obat antihipertensi saja, namun biasanya terdapat masalah ketidakpatuhan dengan ketentuan yang dianjurkan untuk pasien yang membutuhkan pengobatan jangka pendek atau jangka panjang. Jika hipertensi dibiarkan dan tidak diobati secara terus menerus, maka dapat memburuk dan menyebabkan masalah kardiovaskular. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang pengobatan alternatif tradisional atau komplementer yang dapat menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dalam mengatasi tekanan darah pada penderita hipertensi melalui terapi nonfarmakologi dengan tujuan untuk mengetahui efektifitas aromaterapi pandan wangi dan aromaterapi lemon terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, ada beberapa masalah yang berpengaruh dalam penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Adapun masalah yang muncul yaitu :

- 1 Jumlah penderita hipertensi masih banyak di kalangan masyarakat yang akibatnya dapat berdampak pada gangguan sistem Kardiovaskuler jika tidak adanya pencegahan,
- 2 Penderita hipertensi yang mengalami keluhan hanya diberikan obat antihipertensi
- 3 Penderita hipertensi yang memerlukan pengobatan dalam jangka pendek atau jangka panjang biasanya memiliki masalah terhadap ketidakpatuhan sesuai dengan ketentuan yang telah dianjurkan sehingga menyebabkan kekambuhan secara terus menerus.
- 4 Kurangnya pengetahuan penderita hipertensi tentang pengobatan tradisional atau komplementer alternative yang dapat menurunkan tekanan darah.

### **1.3 Batasan Masalah**

Beberapa batasan masalah dalam penelitian ini yaitu hanya memfokuskan pada Efektivitas Aromaterapi Pandan Wangi dan Aromaterapi Lemon Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian yang dipaparkan dalam latar belakang diatas maka dapat dirumuskan “Bagaimana Efektivitas Aromaterapi Pandan Wangi dan Aromaterapi Lemon Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu ?”.

## **1.5 Tujuan Penelitian**

### **1.5.1 Tujuan umum**

Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui Efektivitas Aromaterapi Pandan Wangi dan Aromaterapi Lemon Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu.

### **1.5.2 Tujuan khusus**

1. Diketahui tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi pandan wangi,
2. Diketahui tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lemon,
3. Diketahui Efektivitas Aromaterapi Pandan Wangi dan Aromaterapi Lemon Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kandang Kota Bengkulu.

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini dapat mengembangkan teori dan model serta menguji hipotesis tentang Efektivitas Aromaterapi Pandan Wangi dan Aromaterapi Lemon Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Puskesmas**

Penelitian ini dapat mengembangkan protokol terapi untuk pemberian aromaterapi pada pasien dengan tekanan darah tinggi, mengurangi risiko penyakit yang terkait dengan tekanan darah tinggi sehingga membantu meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.

#### **2. Bagi penderita hipertensi**

Penelitian ini sebagai terapi alternative dalam menurunkan tekanan darah sehingga dapat membantu penderita hipertensi mengurangi dosis obat yang diperlukan untuk menurunkan tekanan darah yang dapat berdampak pada organ tubuh lainnya.

#### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian ini sebagai acuan dalam membantu mengembangkan program kesehatan untuk mencegah dan mengobati tekanan darah tinggi dengan memanfaatkan terapi non farmakologi misalnya terapi kombinasi antara pemberian aromaterapi dengan terapi komplementer lainnya.



## 1.7 Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1**  
**Keaslian penelitian**

| No | Peneliti                                                                                                                                                                       | Metode Penelitian                                                                                           | Hasil Penelitian                                                                                                                                                                                                                                   | Persamaan                                                                      | Perbedaan                                                                |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Saputra, R. R., Juniawan, H., & Putra, F. (2018). Perbandingan Antara Pemberian Aromaterapi Kenanga Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di RSUD Tanah Bumbu | Metode <i>quasi-experimental</i> dengan rancangan pretest dan <i>posttest with out control group design</i> | Terdapat perbandingan perbandingan antara pemberian aromaterapi kenanga (Cananga Odorat) dan aromaterapi lemon (Citrus Lemon) terhadap penurunan tekanan darah di ruang cendana dan akasia RSUD dr. H. Andi Abdurrahman Noor kabupaten tanah bumbu | Metode penelitian yang digunakan, dan menggunakan intervensi aromaterapi lemon | Rancangan penelitian, intervensi lain yang digunakan aromaterapi kenanga |
| 2  | Saputra, A., Pebriani, S. H., & Mardiah, M. (2024). Pemberian Aromaterapi Lemon dan Musik Instrumental terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi                        | <i>Quasy Eksperimen</i> dengan rancangan <i>one group pre-post test design</i>                              | Pemberian aromaterapi essensial oil lemon dan terapi musik instrumental efektif untuk menurunkan tekanan darah hipertensi.                                                                                                                         | Metode penelitian yang digunakan, dan menggunakan intervensi aromaterapi lemon | Rancangan penelitian dan menggunakan kombinasi terapi musik              |
| 3  | Priastomo, M., Sau, R. P. P., & Fadraersada, J. (2018). Observasi Klinik Pemberian Aroma Pandan Wangi terhadap                                                                 | Metode <i>eksperimental quasy</i>                                                                           | Pemberian aroma pandan wangi sebelum dan setelah pemberian aroma terjadi penurunan pada tekanan sistol sebanyak 7,5                                                                                                                                | Metode penelitian yang digunakan, dan menggunakan intervensi                   | Teknik analisis data                                                     |

|   |                                                                                                                                                                               |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                      |                                 |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
|   | Tekanan Darah Pasien Hipertensi                                                                                                                                               |                                                                       | mmHg, pada tekanan diastol sebanyak 1,1 mmHg                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | aromaterapi pandan wangi                                             |                                 |
| 4 | Wulan, E. S., & Wafiyah, N. (2018). Perubahan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma Terapi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kabupaten Kudus | <i>Pre experimental designs dengan one group pretest and posttest</i> | Ada perubahan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi pada tekanan darah sistole dengan pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas Jati Kudus (p value 0,000) dan tidak ada perubahan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi pada tekanan darah diastole dengan pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Jati Kudus. | Sama-sama pemberian intervensi untuk tekanan darah pasien hipertensi | Metode dan rancangan penelitian |
| 5 | Roswita, R. (2022). Pengaruh Aromaterapi terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi: Literature Review                                                    | <i>Literature review</i>                                              | Aromaterapi dapat menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Sama-sama pemberian intervensi untuk tekanan darah pasien hipertensi | Metode penelitian               |