

Penerapan Aromaterapi Mawar Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi

Filimbarasi Duha^{1*}, Loriza Sati Yan², Ernawati³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Jambi, Jl Dr. Tazar, Buluran Kenali, Kec. Telanaipura, Kota Jambi, Jambi 36161

Email: fillymbarasiduha1975@gmail.com^{1*}

Abstrak

Hipertensi dikenal dengan *The Silent Killer*. Pada kondisi ini pembuluh darah mengalami peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHG sehingga berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, ginjal dan lainnya yang berbahaya jika tidak ditangani dengan cepat. Penatalaksanaan dalam mengatasi hipertensi terbagi menjadi farmakologi dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan nonfarmakologis salah satunya dengan melakukan pencegahan dan pengendalian stres dengan teknik relaksasi berupa pemberian aromaterapi mawar. Penelitian ini merupakan penelitian studi kasus deskriptif yang dilakukan kepada 2 pasien Hipertensi selama 7 hari yaitu pada tanggal 24 sampai 30 April 2025. Fokus dalam studi kasus ini adalah penerapan aromaterapi mawar untuk menurunkan tekanan darah. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara, dan pengisian lembar observasi tekanan darah. Hasil implementasi menunjukkan bahwa ada penurunan tekanan darah. Diharapkan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat di Puskesmas Kasang Pudak Kabupaten Muaro Jambi dapat meningkatkan peran dalam melakukan penerapan aromaterapi mawar kepada masyarakat secara rutin khususnya pada pasien hipertensi.

Keywords: Aromaterapi mawar, Asuhan keperawatan, Hipertensi, Tekanan darah

PENDAHULUAN

Hipertensi dikenal dengan *The Silent Killer* atau penyakit yang membunuh secara diam-diam, dimana pada kondisi ini pembuluh darah mengalami peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHG (Joint National Comitee, 2020). Lebih dari 30% populasi pada orang dewasa diseluruh dunia mengalami hipertensi. Diperkirakan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Prevalensi ini akan terus meningkat tajam dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia terkena hipertensi dan angka kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun. WHO melaporkan dari

50% penderita hipertensi yang diketahui hanya 25% yang mendapat pengobatan dan hanya 12,5% yang diobati dengan baik (*adequately treated cases*) (World Health Organization, 2023).

Berdasarkan Laporan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia menunjukkan penurunan prevalensi hipertensi jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018. Pada penduduk berusia ≥ 18 tahun, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, menurun dari 34,1% di tahun 2018 menjadi 30,8%, dengan prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah pada tahun 2023 tertinggi yaitu Provinsi Kalimantan Tengah

dengan prevalensi 40,7%, terendah Provinsi Maluku Utara 22,0% dan Provinsi Jambi 23,6%, hal ini disebabkan karena meningkatnya Usia Harapan Hidup baik secara global maupun nasional (Kemenkes, 2023).

Penatalaksanaan dalam mengatasi hipertensi terbagi menjadi dua yaitu farmakologi dan nonfarmakologis. Penatalaksanaan farmakologis untuk hipertensi dilakukan dengan pemberian antipertensi dengan tujuan mencegah komplikasi hipertensi dengan efek samping sekecil mungkin. Sedangkan penatalaksanaan nonfarmakologis untuk hipertensi dapat dilakukan salah satunya dengan melakukan pencegahan dan pengendalian stres dengan teknik relaksasi berupa pemberian aromaterapi untuk membantu mengurangi kadar hormon stres. Kandungan antioksidan seperti flavonoid dalam kandungan aromaterapi berperan sebagai anti depresan dan anti oksidan, kemudian dapat melawan radikal bebas yang berpotensi menyebabkan stres oksidatif yg berperan dalam berbagai penyakit serius seperti Hipertensi (Nugroho, 2024).

Pemberian aromaterapi merupakan terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah. Aromaterapi merupakan cara efektif dan lembut untuk meningkatkan kesehatan tubuh, mengatasi gangguan-gangguan ringan, serta membuat rileks salah minyak atsiri yang umum digunakan dalam aromaterapi karena sifatnya yang serbaguna adalah Mawar (*Rosa Centifolia*) (Airindiya, 2023). Menghirup aroma

aromaterapi seperti minyak mawar dapat menurunkan hormon kortisol yang muncul saat stres dan merangsang otak untuk melepaskan hormon serotonin yang bisa meningkatkan suasana hati dan terjadi peningkatan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang inilah yang membantu untuk rileks sehingga dapat menurunkan aktifitas vasokonstriksi pembuluh darah, aliran darah menjadi lancar sehingga menurunkan tekanan darah. detak jantung, dan laju pernapasan yang meningkat saat stres, panik, dan cemas. Minyak yang berasal dari kelopak bunga mawar ini mengandung senyawa bersifat anti bakteri, anti radang bahkan anti nyeri. Mawar merupakan salah satu salah satu tumbuhan yang memiliki fungsi sebagai bahan kimia, minyak mawar mengandung citronellol, citral, carvone, citronellyl acetate, eugenol, ethanol, farnesol, stearpoten, methyl eugenol, nerol, nonanol, nonana phenyl acetaldehyde, phenylmethil dan phenyl geraniol (Mohebitabar et al., 2019)

Aroma bunga mawar lembut dan banyak disukai, selain itu minyak bunga mawar banyak tersedia di apotek dan super market sehingga mudah didapatkan. Penggunaan essensial mawar aman sebagai aromaterapi jika digunakan dengan dengan cara yang benar, tetapi jika digunakan berlebihan dapat menyebabkan reaksi kulit atau reaksi alergi, iritasi mata dan hidung, membuat kulit lebih sensitif terhadap sinar matahari jika diaplikasikan sebelum terpapar sinar matahari. zat kimia mengikat reseptor di bagian otak yang berhubungan dengan penciuman (bulbus olfaktorius)

yang mempengaruhi pusat emosi otak (sistem limbik). Minyak mawar juga merangsang sirkulasi darah ke seluruh organ tubuh dan dapat menurunkan tekanan darah. Melalui mekanisme suatu pesan elektro kimia akan ditransmisikan melalui saluran olfaktori kedalam sistem limbik. Hal ini akan merangsang memori dan respon emosional. Hipotalamus yang berperan sebagai regulator memunculkan pesan yang harus disampaikan ke otak, pesan yang diterima kemudian diubah menjadi tindakan berupa senyawa elektro kimia yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah (Majidi Dan Juanita, 2023).

Berdasarkan penelitian (Ade, 2021) dengan p-value (0,000) (Aksita et al., 2021) dengan p-value (0,002) dan dengan p-value (0,0024) (Sandra et al., 2021) diketahui bahwa ada pengaruh pemberian aromaterapi mawar terhadap tekanan darah lansia hipertensi. Diketahui bahwa 5 pasien Hipertensi dengan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, 2 dari 5 pasien yang mengkonsumsi obat antihipertensi secara rutin mengatakan tekanan darah stabil sementara 3 dari 5 pasien mengatakan tekanan darah masih tidak stabil, sementara obat antihipertensi sudah diminum sesuai dosis, cara dan waktu pemberian obat. Untuk manfaat aromaterapi mawar diketahui 5 pasien tersebut belum mengetahui tentang manfaat aromaterapi mawar yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. selain itu pasien berupaya menstabilkan tekanan darah dengan

mengonsumsi mentimun.

Program puskesmas untuk mengendalikan masalah hipertensi yang resistan terhadap pengobatan sudah dilakukan dengan penyuluhan dan senam hipertensi, namun terapi komplementer pemberian aromaterapi mawar belum dilakukan. Selain karena keterbatasan penelitian sebelumnya pada penelitian ini peneliti ingin berinovasi mengangkat masalah tekanan darah pasien yang tetap tinggi dengan pemberian terapi komplementer sejalan dengan terapi farmakologis, memberikan wawasan literasi pentingnya program pengendalian tekanan darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran komprehensif asuhan keperawatan penerapan aromaterapi mawar untuk menurunkan tekanan darah pada penderita Hipertensi.

METODE

Metode yang digunakan adalah rancangan studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan dengan penerapan *Evidence-Based Nursing Practice*. Studi kasus dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kasang Pudak Kabupaten Muaro Jambi selama 7 hari yaitu pada tanggal 24 sampai 30 April 2025 pada 2 orang subjek dengan kriteria inklusi pasien hipertensi yang telah didiagnosa medis oleh dokter, perempuan usia 42 tahun dan laki-laki usia 44 tahun, hipertensi derajat 2 dengan tekanan darah sistolik 160-179 mmHg dan diastolik 100-109 mmHg, rutin minum obat antihipertensi, sadar penuh dan kooperatif, bersedia menjadi responden dan

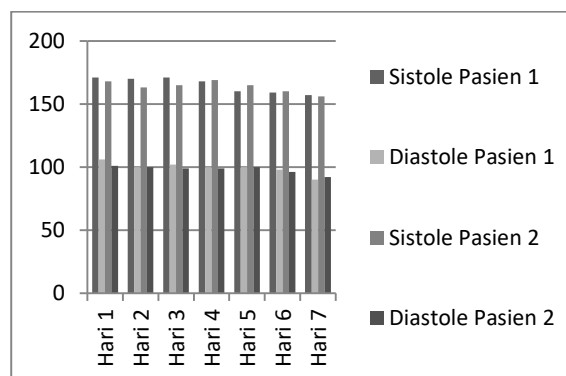
tidak memiliki riwayat sensitif terhadap mawar, pasien dengan komplikasi akan di ekslusikan sebagai subjek.

Intervensi aromaterapi mawar dilakukan dengan memberikan 2-5 tetes essensial mawar sekali pemberian selama 2 menit. Pasien akan menghirup wangi tetesan essensial mawar ini diberikan di atas tissue, posisi sejajar dada. Proses inhalasi sederhana ini dilaksanakan sebanyak 2-3 kali tarikan nafas dalam secara teratur selama 2 menit, Observasi respon pasien selama 10 menit, lalu lakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah tindakan. Selama studi kasus berlangsung penulis menerapkan aspek etik yaitu: *informed consent*, *anonymity*, *autonomy*, *beneficience*, *justice*, *nonmalaficience*, *veracity*, *fidelity*, *confidentiality*, *accountability*. Analisa data melibatkan Pengumpulan data meliputi wawancara, observasi, pemeriksaan, intervensi dan kuisioner, kemudian penyajian data meliputi reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil studi kasus diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Penerapan aromaterapi mawar



Berdasarkan Tabel 1. didapatkan hasil penerapan *Evidence Based Nursing Practic* (EBNP) penerapan aromaterapi mawar terjadi penurunan Tekanan darah dan nadi pada Ibu SS, pengukuran hari ke-1 tekanan darah 171/106 mmHg menurun setiap dilakukan Intervensi sampai dengan hari ke-7 tekanan darah menjadi 157/90 mmHg. Pada pengukuran nadi hari ke-1 nadi 110x/menit menurun setiap setiap dilakukan intervensi sampai dengan hari ke-7 nadi menjadi 82x/menit. Berdasarkan Tabel 3. didapatkan hasil penerapan *Evidence Based Nursing Practic* (EBNP) penerapan aromaterapi mawar terjadi penurunan Tekanan darah dan nadi pada Bapak MA, pengukuran hari ke-1 tekanan darah 168/101 mmHg menurun setiap dilakukan Intervensi sampai dengan hari ke-7 tekanan darah menjadi 156/92 mmHg. Pada pengukuran nadi hari ke-1 nadi 103x/ menit menurun setiap dilakukan intervensi sampai dengan har ke-7 nadi menjadi 93x/menit.

Berdasarkan hasil dari pengkajian, Subjek 1 (Ibu S, 42 tahun) dan subjek 2 (Bapak M, 44 tahun). Pada keduanya adalah pasien hipertensi sejak 4 tahun yang lalu, kondisi ini cenderung menyebabkan terjadinya aterosklerosis atau penumpukan plak secara bertahap yang dapat menyebabkan penyumbatan pada arteri yang ditinjau dari faktor penyebab yaitu hipertensi primer.

Dari hasil analisa data didapatkan kedua pasien mengalami kesamaan yaitu masalah resiko penurunan curah jantung, kondisi yang ditemukan pada keduanya

sama-sama buruk dengan mengidentifikasi tanda dan gejala yang banyak muncul seperti irama jantung yang dirasakan tidak seperti biasanya. Berdasarkan teoritis ketika terjadi hipertensi, jantung menghadapi beban yang lebih berat untuk memompa darah dengan baik ke seluruh tubuh. Jika terjadi terus menerus, jantung dapat mengalami perubahan struktural seperti penebalan otot jantung, pembengkakan, jantung melemah, dan menurunnya kemampuan jantung untuk memompa darah atau terjadi penurunan curah jantung (Andrianto, 2022)

Diagnosa keperawatan yang dominan pada Ibu SS dan Bapak MA memiliki persamaan yaitu risiko penurunan curah jantung (D.0011) ditandai dengan perubahan irama jantung dimana diagnosa tersebut data resikonya lebih sering muncul pada kedua pasien dan mengarah ke keterbatasan kriteria hasil dari diagnosa keperawatan resiko penurunan curah jantung. (Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia, 2017) menjelaskan bahwa kriteria hasil diagnosa keperawatan resiko penurunan curah jantung untuk membuktikan bahwa curah jantung meningkat adalah kekuatan nadi perifer meningkat, palpitasi menurun, takikardia menurun, gambaran EKG Aritmia menurun, lelah menurun, dispnea menurun, oliguria menurun, pucat/sianosis menurun, tekanan darah membaik dan pengisian kapiler membaik.

Intervensi keperawatan yang diterapkan pada Ibu SS dan Bapak MA untuk mengatasi masalah penurunan curah

jantung adalah perawatan jantung (I.02075) dari beberapa tindakan yang dilakukan pada intervensi berdasarkan Standar Intervensi Kesehatan Indonesia salah satunya memberikan terapi relaksasi dengan penerapan aromaterapi mawar selama 1x2 Jam menurut penulis sedikit efektif untuk membantu menurunkan tanda dan gejala perubahan irama jantung, perencanaan tindakan untuk mengukur aritmia tidak dilakukan dengan EKG, maka perlu dilakukan penambahan intervensi memonitor EKG 12 sadapan dan memonitor nilai laboratorium jantung (mis: elektrolit, enzim jantung) untuk mengidentifikasi dan menilai gambaran aritmia secara signifikan. Sedangkan intervensi pada masalah intoleransi aktivitas adalah manajemen energi ((I.05178) dan intervensi pada masalah nyeri akut adalah manajemen nyeri (I.08238) dirasa cukup efektif untuk mengatasi masalah intoleransi aktivitas dan nyeri akut, berdasarkan teoritis Aromaterapi esensial bunga mawar mengandung zat flavonoid yang berperan sebagai anti depresan, anti-inflamasi, analgesik dan anti-oksidan (Mohebitabar et al., 2019) Aromaterapi esensial bunga mawar mengandung zat flavonoid yang berperan sebagai anti depresan, anti-inflamasi, analgesik dan anti-oksidan (Nanik, 2022).

Intervensi keperawatan yang diterapkan pada Ibu SS dan Bapak MA untuk mengatasi masalah penurunan curah jantung adalah perawatan jantung (I.02075) dari beberapa tindakan yang dilakukan pada intervensi berdasarkan SIKI salah satunya

memberikan terapi relaksasi dengan penerapan aromaterapi mawar selama 1x2 Jam menurut penulis sedikit efektif untuk membantu menurunkan tanda dan gejala perubahan irama jantung, perencanaan tindakan untuk mengukur aritmia tidak dilakukan dengan EKG, maka perlu dilakukan penambahan intervensi memonitor EKG 12 sadapan dan memonitor nilai laboratorium jantung (mis: elektrolit, enzim jantung) untuk mengidentifikasi dan menilai gambaran aritmia secara signifikan.

Fokus tindakan keperawatan adalah penerapan aromaterapi mawar pada Ibu SS dan Bapak MA yang dilakukan sesuai dengan Prosedur tindakan. Pada penelitian (Ade, 2021) pemberian aromaterapi mawar dengan menghirup uap aromaterapi dengan membubuhkan 2-5 tetes aromaterapi bunga mawar diatas tisu lembut letakkan sejajar pada dada, kemudian hirup wanginya 2-3 kali tarikan nafas dalam secara teratur selama 10 menit dan dilakukan pada sore hari (15.00 – 18.00 WIB), prosedur pelaksanaan pemberian aromaterapi mawar dilakukan dalam 7 hari. Sebelum dan sesudah dilakukan aromaterapi mawar peneliti melakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah menggunakan sphygmomanometer.

Terapi relaksasi (aromaterapi mawar) dapat dilakukan di rumah dengan mudah dan praktis. Adanya pengaruh pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah hal ini disebabkan karena pada bunga mawar terdapat kandungan-kandungan senyawa kimia yang memiliki aroma khas yang akan diterima

oleh saraf penciuman (nervus olfaktorius) kemudian selanjutnya impuls akan diteruskan ke hipotalamus dan mempengaruhi sistem saraf pusat (Koensoemardiyah, 2019).

Subjek pada studi kasus ini mengalami hipertensi derajat 2 yaitu Ibu SS dengan tekanan darah 171/106 mmHg dan Bapak MA dengan tekanan darah 168/101 mmHg, sesuai dengan penelitian Akista (2020) diketahui ada penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi sebelum (pre) dan sesudah (post) diberikan aromaterapi mawar selama 10 menit dalam waktu 5 hari berturut-turut dengan nilai mean sebelum (151,66) dan nilai mean sesudah (145,00) dengan nilai p-value 0,001 pada tekanan darah sistolik sedangkan pada tekanan darah diastolik nilai mean sebelum (96,11) dan mean sesudah (90,27) dengan nilai p-value 0,013. Sejalan dengan penelitian (Ade, 2021), responden pada kelompok intervensi mayoritas mengalami kenaikan tekanan darah sistolik sebesar 140-150 mmHg, dengan presentase sebanyak 61,1%, dan tekanan darah diastolic sebesar 100-110 mmHg dengan presentase sebanyak 55,5%, sejalan dengan penelitian (Sandra et al., 2021) diketahui responden penelitian dengan tekanan darah > 150/90 mmHg, pada subjek keluhan yang dirasakan seperti nyeri kepala sudah mulai berkurang, secara keseluruhan keduanya tampak lebih rileks, senang dan nyaman, dibuktikan dengan sering bercanda tawa dan komunikasi yang lancar.

Minyak aromaterapi mempunyai sifat merilekskan, menenangkan, merangsang atau menyembuhkan. Menurut (Zainiah et al., 2022) aromaterapi bunga mawar merupakan salah satu teknik penyembuhan alternatif yang sebenarnya berasal dari sistem pengetahuan kuno. Aromaterapi bunga mawar merupakan metode pengobatan yang menggunakan minyak esensial dalam penyembuhan holistik untuk memperbaiki kesehatan dan kenyamanan emosional serta mengembalikan keseimbangan badan serta tidak memberikan efek samping yang bahaya terhadap tubuh. Aroma esensial bunga mawar mengandung zat flavonoid yang berperan sebagai anti depresan, anti-inflamasi, analgesik dan anti-oksidan. Menghirup aromaterapi bunga mawar akan meningkatkan gelombang alfa dalam otak dan gelombang inilah yang membantu kita untuk rileks, hal tersebut dapat menurunkan aktivitas vasokonstriksi pembuluh darah, aliran darah sehingga menurunkan tekanan darah aromaterapi mawar memiliki khasiat sebagai anti depresi, menurunkan tekanan darah, mengatasi insomnia, migran, ketegangan saraf, kesedihan, stres dan kecemasan.

Menurut penulis hasil ini dipersepsikan bahwa sensasi relaksasi akan menimbulkan efek menenangkan. Keadaan tubuh yang tenang akan menyebabkan sistem saraf parasimpatis memicu penurunan denyut jantung menurunkan curah jantung dan akan menurunkan tekanan pada dinding-dinding pembuluh darah. Keadaan relaksasi ini juga yang akan

merelaksasikan otot-otot tubuh sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Kemudian akan menurunkan aliran balik vena serta menimbulkan vasodilatasi

pembuluh darah dan menurunkan tekanan darah. Evaluasi keperawatan dengan diagnosa keperawatan prioritas risiko penurunan curah jantung ditandai dengan perubahan irama jantung (D.0011) setelah dilakukan tindakan keperawatan 1x2 Jam masih ditemukan masalah curah jantung, didapatkan curah jantung meningkat (L.02008) dengan hasil gambaran aritmia menurun, lelah menurun, dispnea menurun, tekanan darah membaik. Intervensi perawatan jantung (I.02075) dihentikan, terjadi peningkatan curah jantung pada Ibu SS dan Bapak MA.

Evaluasi hasil penerapan Evidence Based Nursing Practic (EBNP) yang dilakukan pada pasien Ibu SS dan Bapak MA terjadi penurunan tekanan darah. Pada Ibu SS hari ke-1 tekanan darah 171/106 mmHg menurun setiap dilakukan Intervensi aromaterapi mawar sampai dengan hari ke-7 tekanan darah menjadi 157/90 mmHg, dengan evaluasi penurunan tekanan darah berlangsung cepat, sementara pada Bapak MA hari ke-1 tekanan darah 168/101 mmHg menurun setiap diberikan aromaterapi mawar sampai dengan hari ke-7 tekanan darah menjadi 156/92 mmHg, dengan evaluasi penurunan tekanan darah berlangsung lebih lambat. Hal ini dimungkinkan karena keadaan lingkungan yang kurang mendukung, tempat untuk melakukan terapi seharusnya kondusif sehingga pasien bisa lebih fokus dalam

terapi yang dilakukan, pengalaman dan pendidikan karena tidak semua pasien mudah memahami informasi, dan faktor usia pada pasien sehingga kurang memahami instruksi yang diberikan selama terapi. Dalam hal ini peneliti menyadari adanya keterbatasan yaitu selama melakukan pemberian aromaterapi mawar ini peneliti memiliki keterbatasan waktu pada saat studi kasus, subjek yang masih mengkonsumsi makanan asin, makan kurang serat serta merokok, serta subjek yang kurang konsentrasi sehingga peneliti harus mengkondisikan hal tersebut, selain itu juga belum semua intervensi keperawatan yang dapat diimplementasikan pada subjek.

Sesuai penelitian (Ade, 2021) pada sampel 30 responden, didapatkan kelompok eksperimen setelah pemberian aromaterapi bunga mawar yang dilakukan selama 7 hari dengan durasi 10 menit menunjukkan rata-rata tekanan darahnya adalah 102.00 mmHg. Hasil uji paired t-test ($p=0.000$). Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu tindakan intervensi keperawatan pada penderita Hipertensi. Sejalan dengan penelitian (Aksita et al., 2021) diketahui perbedaan tekanan darah pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum dilakukan pemberian aromaterapi mawar pada pasien dengan tekanan darah sistolik memiliki nilai p -value 0,510, sedangkan pada tekanan diastolik kelompok intervensi memiliki nilai p -value 0,283. Sedangkan pada kelompok kontrol dan intervensi

setelah dilakukan pemberian aromaterapi mawar memiliki tekanan darah

sistolik nilai p -value 0,002, dan pada tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol dengan nilai p -value 0,030. Sejalan dengan penelitian (Sandra et al., 2021) diketahui pada kelompok eksperimen, tekanan darah sebelum dilakukan terapi relaksasi aromaterapi mawar 151,20/91,87 mmHg dan sesudah 138,33/81,07 mmHg. Ada pengaruh relaksasi (aromaterapi mawar) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi (nilai $p=0,024$).

Patofisiologi hipertensi melibatkan peningkatan tekanan darah, yang jika terjadi secara kronis akan menyebabkan kerusakan target organ. Peningkatan tekanan darah dapat terjadi akibat abnormalitas pada resistensi perifer ataupun cardiac output (curah jantung), serta melibatkan sistem renin-angiotensin-aldosteron. Mekanisme terkait dengan interaksi antara sistem saraf otonom dan sistem renin-angiotensin, bersama dengan faktor-faktor lain, termasuk natrium, volume sirkulasi, dan beberapa hormon. Adapun pengendalian Hipertensi menurut (Andrianto, 2022) adalah dengan pemberian aromaterapi mawar. Pemberian aromaterapi merupakan terapi komplementer untuk menurunkan tekanan darah. Aromaterapi merupakan cara efektif dan lembut untuk meningkatkan kesehatan tubuh, mengatasi gangguan-gangguan ringan, serta membuat rileks. Aromaterapi merupakan salah satu bentuk terapi relaksasi yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan tubuh, pikiran, dan jiwa. Beberapa minyak atsiri yang umum digunakan dalam aromaterapi karena sifatnya yang serbaguna

salah satunya adalah Mawar (Airindiya, 2023)

Sebagai tenaga kesehatan yang dekat dengan pasien, perawat memiliki kesempatan untuk melakukan promosi kesehatan dan memberikan edukasi yang komprehensif kepada pasien serta keluarganya untuk dapat berperan dalam promosi pola hidup sehat, sebagai faktor risiko utama seperti hipertensi yang dapat diminimalkan dengan menerapkan gaya hidup yang sehat. Perawat dapat memberikan informasi dan motivasi kepada keluarga pasien untuk menghindari perilaku yang tidak menguntungkan dalam jangka panjang seperti merokok, makanan berlemak, dan makanan tinggi kolesterol dan natrium. Selain itu, perawat juga dapat mendorong aktivitas fisik yang teratur dan pemantauan rutin tekanan darah, kepatuhan terhadap pengobatan, baik obat-

obatan maupun intervensi lainnya seperti aroma terapi mawar, untuk mencegah terjadinya penurunan curah jantung dan komplikasi penyakit.

KESIMPULAN

Hasil studi kasus diketahui bahwa kedua subjek dengan nadi perifer teraba lemah, akral teraba dingin, warna kulit pucat, keluhan dada berdebar dan jantung berdetak cepat, lelah dan sesak saat aktivitas serta nyeri kepala.. Diagnosa keperawatan prioritas adalah risiko penurunan curah jantung ditandai dengan perubahan irama jantung. (D.0011) dengan erencanaan keperawatan pada kedua subjek adalah perawatan jantung (I.02075) Imdan

plementasi berupa penerapan aromaterapi mawar selama 10 menit perhari sebanyak 7 hari. Evaluasi keperawatan dengan hasil masih ditemukan risiko penurunan curah jantung, intoleransi aktivitas meningkat dan nyeri akut menurun. Aromaerapi mawar dapat direkomendasikan sebagai terapi komplementer bagi pasien hipertensi di pelayanan primer.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada pihak puskesmas Kasang Pudak Kabupaten Muaro Jambi, dosen pembimbing dan kedua responden yang telah membantu dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade. (2021). *Pengaruh pemberian aromaterapi bunga marwar terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi*. Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Aufa Rohyan Padang Sedempuan : Medan. <https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/1270/1/ADE.pdf>.
- Airindiya. (2023). *Manfaat Aromaterapi. Manfaat Minyak Bunga Mawar*. <https://hellosehat.com/herbal-alternatif/herbal/manfaat-minyak-mawar-untuk-tubuh>
- Aksita, Werdati, S., & Santoso, N. K. (2021). *Pengaruh Aromaterapi Mawar terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Balai Pelayanan Tresna Wherda Abiyoso Kaliurang Yogyakarta*. 1–16. Sarjana Keperawatan di Program Sudi Profesi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata Yogyakarta Naskah Publikasi. <http://elibrary.almaata.ac.id/1473/>
- Andrianto. (2022). *Buku Ajar Menangani Hipertensi*. Airlangga University

- Press.
- Black, J., & Hawks J.H. (2014). *Keperawatan Medikal Bedah (Edisi 8)*. Singapore: Elsevier.
- Janice, L. H., & Kerry, H. C. (2014). *Medical Surgical. Nursing Using Traditional Medicine Complementary Therapy about Hypertension Treatment at Pejerk Health Center in.*
- Joint National Comitee. (2020). *The Seventh Reprt Of The Joint National Cimmittee On Prevention, Detection, Evaluation And TreatmentOf High Blood Pressure* <https://www.nhlbi.nih.gov/guidelines/hypertension/jnc7full.htm/>.
- Kemenkes. (2023). *Laporan Survei Kesehatan Indonesia (Vol. 17)*.
- Koensoemardiyah. (2019). *Aromaterapi Untuk Kesehatan, Kebugaran dan Kecantikan*. <https://www.bukabuku.com/browses/product/9789792907568/a-z-aromaterapi--untuk-kesehatan-kebugaran-dan-kecantikan.html>
- Majidi dan Juanita. (2023). *In Apa Saja Manfaat Aromaterapi Untuk Kesehatan Tubuh*. Insan Cendikia : Yogyakarta.
- Marieta, A., & Lestari, K. (2021). *Narrative Review : Rokok Dan Berbagai Masalah Kesehatan Yang Ditimbulkannya*. *Farmaka*, 18, 53–59.
- Mohebitabar, S., Shirazi, M., Bioos, S., Rahimi, R., Malekshahi, F., & Nejatbakhsh, F. (2019). *Therapeutic efficacy of rose oil: A comprehensive review of clinical evidence*. *Avicenna Journal of Phytomedicine*, 7(3), 206–213.
- Nanik. (2022). *Panduan Dasar: 5 Manfaat Aromaterapi untuk Kehidupan Sehari-hari*. <https://www.kamtablog.com/id/manfaat-aromaterapi/>
- Nugroho, K. (2024). *Kesehatan Jiwa Pada Penderita Hipertensi*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kesehatan-jiwa-pada-penderita-hipertensi-solusi-masa-kini>.
- Sandra, Putri, L. E., & Herlina, A. (2021). *Pengaruh relaksasi (aromaterapi mawar) terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas talang kabupaten solok*. *Jurnal Syedza Saintika*, 1(1), 212–220. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/PSNSYS>.
- Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. (2017). *Standar Keperawatan Keperawatan Indonesia*. <https://perawat.org/penurunan-curah-jantung/>
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- Zainiah, Rahman, H. F., Fauzi, A. K., & Andayani, S. A. (2022). *Aromaterapi Mawar dan Diet Rendah Garam pada Hipertensi*. Malang: Ahlimedia Press.