

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Aromaterapi lavender merupakan salah satu bentuk terapi komplementer yang banyak dimanfaatkan dalam pelayanan kesehatan untuk membantu meningkatkan kenyamanan pasien melalui efek relaksasi yang dihasilkan. Aromaterapi bekerja dengan memanfaatkan minyak esensial (essential oil) yang diekstrak dari tanaman alami, kemudian diberikan melalui inhalasi sehingga molekul aromanya akan merangsang reseptor penciuman dan diteruskan ke sistem limbik di otak. Sistem limbik berperan dalam mengatur emosi, stres, kecemasan, serta respons otonom tubuh. Minyak esensial lavender (*Lavandula angustifolia*) mengandung senyawa aktif berupa linalool dan linalyl acetate yang diketahui memiliki efek sedatif, ansiolitik, dan relaksasi. Aromaterapi merupakan terapi komplementer yang memberikan efek relaksasi, rasa damai, nyaman, dan tenang sehingga mampu membantu menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis. Pada pasien hipertensi, peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis akibat stres dan kecemasan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Oleh karena itu, pemberian aromaterapi lavender dapat menjadi salah satu alternatif intervensi nonfarmakologis dalam membantu mengontrol tekanan darah pasien (Yoo & Park, 2023).

Pemanfaatan aromaterapi lavender sebagai terapi pendamping semakin berkembang karena mudah diterapkan, relatif aman, ekonomis, dan memiliki efek samping yang minimal. Dalam praktik keperawatan, aromaterapi tidak hanya bertujuan memberikan kenyamanan, tetapi juga membantu mengurangi

kecemasan, memperbaiki kualitas tidur, menurunkan tingkat stres, menstabilkan denyut jantung, serta membantu mengontrol tekanan darah. Efek relaksasi yang ditimbulkan dari aromaterapi lavender dapat menghambat pelepasan hormon stres seperti kortisol dan katekolamin sehingga terjadi vasodilatasi pembuluh darah, penurunan frekuensi denyut jantung, dan penurunan tekanan darah. Oleh karena itu, aromaterapi lavender mulai banyak direkomendasikan sebagai bagian dari evidence-based nursing practice dalam mendukung keberhasilan terapi pasien dengan hipertensi maupun pasien yang mengalami peningkatan tekanan darah akibat stres selama menjalani perawatan di rumah sakit (Setyawan & Kintoko, 2024).

Hipertensi sendiri masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di dunia karena prevalensinya yang terus meningkat setiap tahun. Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah sistolik mencapai ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg berdasarkan hasil pengukuran berulang. Penyakit ini dikenal sebagai *silent killer* karena sering kali tidak menimbulkan gejala, tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, hingga kematian apabila tidak dikendalikan dengan baik. Menurut World Health Organization (WHO) (2023), sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di dunia mengalami hipertensi, namun hampir 46% di antaranya tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan global yang membutuhkan upaya pengendalian secara komprehensif melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis.

Di Indonesia, hipertensi juga masih menjadi penyakit tidak menular dengan angka kejadian yang tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, hipertensi masih termasuk penyakit yang paling banyak ditemukan pada masyarakat dewasa dan menjadi salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Di Provinsi Jawa Timur, hipertensi merupakan salah satu penyebab terbanyak kunjungan pasien ke fasilitas pelayanan kesehatan. Tingginya angka kejadian hipertensi menunjukkan bahwa pengendalian tekanan darah menjadi salah satu prioritas pelayanan kesehatan, khususnya pada pasien yang menjalani perawatan di rumah sakit. Selama hospitalisasi, pasien sering mengalami kecemasan, ketakutan terhadap penyakit, nyeri, perubahan lingkungan, maupun gangguan tidur yang dapat meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis sehingga memicu peningkatan tekanan darah. Apabila kondisi tersebut tidak dikendalikan, maka risiko komplikasi hipertensi akan semakin meningkat dan dapat memperpanjang masa perawatan pasien.

Penelitian Rajesti (2025) dalam lima tahun terakhir telah membuktikan bahwa aromaterapi lavender efektif membantu mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi. menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi lavender yang dikombinasikan dengan relaksasi autogenik mampu menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan dibandingkan sebelum intervensi. Penelitian Yoo dan Park (2023) melalui *systematic review* juga menyimpulkan bahwa inhalasi aromaterapi lavender efektif memberikan efek relaksasi, mengurangi kecemasan, dan berpotensi membantu menurunkan tekanan darah melalui mekanisme penurunan aktivitas sistem saraf simpatis. Selanjutnya, (Basuni et al., 2025) membuktikan bahwa kombinasi relaksasi Benson dan

aromaterapi lavender mampu menurunkan tekanan darah sekaligus meningkatkan kualitas tidur pada pasien hipertensi. Sementara itu, Setyawan dan Kintoko (2025) menjelaskan bahwa kandungan linalool dan linalyl acetate pada minyak esensial lavender berpotensi memberikan efek antihipertensi melalui mekanisme relaksasi pembuluh darah dan penurunan respons stres (Rajeshti & Herlina, 2025).

Di Ruang Lavender RSD dr. Soebandi Jember, pasien dengan hipertensi maupun pasien yang mengalami peningkatan tekanan darah akibat penyakit penyerta dan proses hospitalisasi memerlukan intervensi keperawatan yang tidak hanya berfokus pada terapi farmakologis, tetapi juga terapi komplementer yang aman dan mudah diterapkan. Peningkatan tekanan darah selama menjalani perawatan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kecemasan, nyeri, stres, perubahan lingkungan, serta tindakan medis yang diterima pasien. Oleh karena itu, implementasi pemberian aromaterapi lavender dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan mandiri yang membantu menciptakan rasa nyaman, damai, dan relaks sehingga diharapkan mampu mengontrol tekanan darah pasien selama menjalani perawatan.

Berdasarkan uraian tersebut, aromaterapi lavender memiliki potensi yang besar sebagai terapi komplementer dalam pelayanan keperawatan karena mampu memberikan efek relaksasi yang berkontribusi terhadap pengendalian tekanan darah. Selain mudah diterapkan, intervensi ini juga didukung oleh berbagai hasil penelitian terkini yang menunjukkan efektivitasnya dalam membantu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan karya tulis ilmiah dengan judul

"Implementasi Pemberian Aroma Terapi Lavender untuk Mengontrol Tekanan Darah Pasien di Ruang Lavender RSD dr. Soebandi Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi pemberian aromaterapi lavender dalam membantu mengontrol tekanan darah dan memperbaiki perfusi perifer pada pasien hipertensi di Ruang Lavender RSD dr. Soebandi Jember?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan implementasi pemberian aromaterapi lavender sebagai terapi komplementer dalam membantu mengontrol tekanan darah dan memperbaiki perfusi perifer pada pasien hipertensi di Ruang Lavender RSD dr. Soebandi Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

Berikut adalah tujuan khusus dari penelitian ini yaitu:

- 1) Mengidentifikasi tekanan darah dan tanda perfusi perifer pasien hipertensi sebelum diberikan aromaterapi lavender.
- 2) Mengimplementasikan aromaterapi lavender melalui metode inhalasi sesuai SOP pada pasien hipertensi.
- 3) Mengidentifikasi perubahan tekanan darah dan tanda perfusi perifer setelah pemberian aromaterapi lavender selama tiga hari.
- 4) Mendeskripsikan respons subjektif pasien terhadap pemberian aromaterapi lavender, seperti kenyamanan, pusing, sesak napas, dan rasa rileks.

5) Mengevaluasi hasil asuhan keperawatan berdasarkan format SOAP.

1.4 Manfaat

1.4.1. Bagi perawat

Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan terapi komplementer sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tekanan darah, sehingga dapat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan secara holistik, memberikan tindakan yang lebih nyaman dengan efek samping minimal, serta mendukung praktik keperawatan berbasis evidence dan meningkatkan kepuasan pasien terhadap pelayanan yang diberikan.

1.4.2. Bagi rumah sakit

Sebagai upaya meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan melalui penerapan terapi komplementer yang aman dan inovatif, mendukung pelayanan yang lebih holistik dan berfokus pada kenyamanan pasien, meningkatkan kepuasan serta citra positif rumah sakit, serta menjadi dasar dalam pengembangan standar operasional prosedur (SOP) berbasis evidence dalam asuhan keperawatan.

1.4.3. Bagi pasien dan keluarga

Membantu menurunkan tekanan darah secara alami, memberikan efek relaksasi sehingga mengurangi stres dan kecemasan, meningkatkan kenyamanan selama perawatan, serta memberikan pengetahuan kepada keluarga tentang terapi komplementer yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah sebagai upaya mendukung proses penyembuhan.