

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah sebuah masalah utama yang menyebabkan kematian dini di seluruh dunia (*World Health Organization*, 2023). Hipertensi ialah masalah kesehatan yang perlu diperhatikan di Indonesia saat ini dan di setiap daerah dikarenakan dapat mengakibatkan timbulnya komplikasi seperti penyakit jantung dan stroke otak yang mematikan. Penyakit tidak menular ini dapat menjadi sebuah masalah kesehatan bagi penduduk secara global, regional, nasional dan lokal (Hakim et al., 2025). Masalah hipertensi ini dianggap serius karena seringkali datang secara tidak sadar (Saputra et al., 2025). Menurut buku Medika (2018) menyatakan bahwa hipertensi ini memiliki gejala yang cukup jelas dikarenakan dapat menyerang siapa saja sehingga dapat memicu penyakit degeneratif hingga mengakibatkan kematian.

World Health Organization (2023), menyampaikan bahwa ada 1,28 miliar yang mengalami hipertensi. Prevalensi hipertensi pada lansia di Indonesia mengalami perubahan dari tahun 2018 hingga 2023. Menurut Riskesdas (2018), prevalensi hipertensi pada kelompok lanjut usia (≥ 60 tahun) di Indonesia mencapai 63,18%, sedangkan data terbaru dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi sebesar 53,4% pada usia ≥ 60 tahun dan 64,0% pada usia ≥ 75 tahun. Jika dibandingkan terlihat adanya peningkatan sebesar 0,82% dari 63,18% pada tahun 2018 menjadi 64,0% pada tahun 2023 (Riskesdas 2018 dan SKI 2023). Hal ini menunjukkan tren hipertensi yang cenderung meningkat seiring bertambahnya usia lansia. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta (2023), didapatkan jumlah penderita hipertensi yang cukup signifikan oleh kelompok usia (≥ 60 tahun) dari 18.057 jiwa pada tahun 2018 menjadi 28.420 jiwa pada tahun 2022 yang berarti

terdapat kenaikan sebesar 57,4% dalam kurun waktu 4 tahun dan Yogyakarta merupakan urutan ke 2 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi. Prevalensi hipertensi di Kabupaten Sleman meningkat signifikan sebesar 447% dari 66.618 kasus pada tahun 2017 menjadi 364.777 kasus pada tahun 2020, dengan kenaikan tertinggi terjadi pada tahun 2019-2020 sebesar 163% (Sleman, 2018). Prevalensi hipertensi di Sleman menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun yang sejalan dengan tren nasional. Angka kejadian yang signifikan ini memperkuat bahwa lansia merupakan kelompok paling rentan sehingga membutuhkan perhatian dan upaya pengendalian khusus. Data diatas menunjukkan bahwa baik di tingkat daerah maupun nasional, hipertensi pada lansia terus meningkat dan harus menjadi prioritas pengendalian.

Hipertensi merupakan faktor resiko yang dapat memicu beberapa penyakit seperti gagal jantung, stroke, penyakit jantung iskemik dan serangan jantung hingga menyebabkan kematian terutama di dunia (*World Helath Organization*, 2023). Komplikasi ini dapat mengakibatkan peningkatan risiko kematian dan kualitas hidup menjadi menurun karena akan menyebabkan kecacatan atau kematian secara mendadak (Bulu, 2021). Meningkatnya tekanan darah yang dipengaruhi oleh penurunan elastisitas pembuluh darah seiring bertambahnya usia. Jika tidak diatasi maka akan membahayakan kesehatan pada kelompok usia lanjut dengan munculnya banyak komplikasi, tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik tetapi juga pada aspek sosial, ekonomi dan psikologis. Dengan demikian, pengendalian hipertensi sangat penting dilakukan baik secara farmakologi maupun non farmakologi agar risiko komplikasi dapat diminimalkan (Lennon et al., 2023).

Ada beberapa upaya yang telah dilakukan dalam upaya pengendalian hipertensi di Indonesia seperti edukasi gaya hidup sehat, deteksi dini dan diberikan pengobatan yang tepat. Ada beberapa faktor yang penyebabnya seperti kurangnya pengetahuan masyarakat dan fasilitas pelayanan kesehatan yang terbatas (Hidaya & Hendrastomo, 2023). Pada penelitian Medawati et al. (2024) menyatakan bahwa puskesmas di Sleman telah membuat beberapa program untuk mengendalikan hipertensi dengan memberikan edukasi gaya hidup sehat, posbindu PTM (Pos Binaan Terpadu Penyakit Tidak Menular), senam hipertensi dan penyuluhan terkait pola makan pada lansia. Dari beberapa upaya tersebut telah dijalani secara berkala namun angka hipertensi di Sleman masih tetap menunjukkan angka yang cukup tinggi khususnya pada kelompok lansia, sehingga program tersebut belum sepenuhnya efektif dalam mengendalikan tekanan darah. Oleh karena itu, diperlukan adanya pendekatan komplementer yang mudah diterapkan dan dapat dilakukan secara mandiri.

Berbagai terapi komplementer seperti pijat, akupunktur, akupresur, bekam dan herbal telah digunakan untuk membantu mengendalikan tekanan darah tinggi. Namun, hasil penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi lavender memberikan penurunan tekanan darah yang lebih signifikan dibandingkan beberapa terapi komplementer lain. Penelitian Pritasari et al., (2024) dan Septi Ardianty (2023) membuktikan bahwa lavender efektif menurunkan tekanan darah dengan hasil penurunan yang bermakna secara statistik. Dibandingkan aromaterapi lain seperti lemon, jahe atau peppermint yang bersifat stimulatif dan dapat memicu aktivitas saraf simpatis, lavender justru memberikan efek sedatif dan relaksasi yang lebih stabil (Kawai et al., 2020). Hal tersebut karena efektivitasnya yang tidak berubah, aman digunakan, dan mudah diterapkan

sehingga aromaterapi ini dapat menjadi pilihan yang lebih efektif sebagai terapi komplementer nonfarmakologis pada lansia hipertensi.

Berdasarkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Penelitian Pritasari et al. (2024) menemukan bahwa pemberian aromaterapi lavender satu kali intervensi menghasilkan penurunan tekanan darah yang signifikan ($p = 0,000$). Hasil serupa dinyatakan oleh penelitian (Septi Ardianty, 2023), dengan intervensi lavender selama 10-15 menit selama 7 hari yang menunjukkan penurunan signifikan dengan nilai $p = 0,001$. Penelitian ini tidak berubah dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa lavender memiliki efek relaksasi dan mampu menurunkan aktivitas saraf simpatik. Berdasarkan keseluruhan penelitian tersebut, aromaterapi lavender dapat menjadi terapi pendukung yang mudah diterapkan, komplementer yang praktis, mudah didapatkan dan bisa dilakukan secara mandiri oleh lansia hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 7 oktober 2025 di Puskesmas Depok 3 Sleman Yogyakarta, terdapat 1.182 lansia hipertensi yang tersebar di 20 padukuhan. Angka ini menunjukkan bahwa lansia merupakan kelompok dengan kasus hipertensi tertinggi di wilayah tersebut dan menjadi sasaran utama dalam penelitian ini. Hasil wawancara kepada penanggung jawab hipertensi disampaikan bahwa banyak pasien lansia yang rutin kontrol akan tetapi tidak ada perubahan pada tekanan darah. Data Puskesmas Depok 3 mencatat rata-rata tekanan darah lansia hipertensi pada Januari-Oktober sebesar 143/40 mmHg dan 53% di antaranya masih memiliki tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Fenomena ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia belum mencapai target pengendalian tekanan darah. Berdasarkan data diatas sampai saat ini di wilayah

kerja Puskesmas Depok 3 belum pernah ada penelitian tentang pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian terkait “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di wilayah Puskesmas Depok 3 Sleman Yogyakarta”. Kondisi ini menunjukkan perlunya eksplorasi intervensi tambahan yang dapat mendukung pengendalian tekanan darah pada lansia di wilayah Puskesmas Depok 3.

1.2 Rumusan Masalah

1.2.1 Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan “Apakah ada Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Depok 3 Sleman Yogyakarta?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas Depok 3 Sleman Yogyakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin dan pekerjaan pada lansia dengan hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Depok 3

1.3.2.2 Mengetahui gambaran tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pada pengukuran I dan pengukuran II lansia hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Depok 3 pada kelompok kontrol.

1.3.2.3 Mengetahui gambaran tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pada pengukuran I dan pengukuran II lansia hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Depok 3 pada kelompok kontrol.

- 1.3.2.4 Mengetahui gambaran tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Depok 3 kelompok intervensi
- 1.3.2.5 Mengetahui gambaran tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Depok 3 kelompok intervensi
- 1.3.2.6 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Depok 3
- 1.3.2.7 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah diastolik pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Depok 3
- 1.3.2.8 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik pada kelompok kontrol pada pengukuran I dan pengukuran II lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Depok 3
- 1.3.2.9 Menganalisis perbedaan rerata tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol pada pengukuran I dan pengukuran II lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Depok 3
- 1.3.2.10 Menganalisis perbedaan tekanan darah sistolik antara kelompok intervensi sesudah pemberian aromaterapi lavender dibanding kelompok kontrol pada lansia dengan hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Depok 3
- 1.3.2.11 Menganalisis perbedaan tekanan darah diastolik antara kelompok intervensi sesudah pemberian aromaterapi lavender dibanding kelompok kontrol pada lansia dengan hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Depok 3

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademisi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi kepada literatur ilmiah khususnya dibidang keperawatan atau kesehatan mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai referensi kepada mahasiswa maupun peneliti lain untuk memperluas intervensi non farmakologis.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan praktik asuhan keperawatan, khususnya dalam penerapan intervensi non farmakologis seperti aromaterapi lavender untuk membantu mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi.