

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Depok 3 Sleman Yogyakarta, maka simpulan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 5.1.1 Karakteristik responden pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Depok 3 Sleman Yogyakarta sebagian besar berada pada rentang usia 66-70 tahun, dengan berjenis kelamin perempuan dan tidak bekerja.
- 5.1.2 Gambaran tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi menunjukkan adanya penurunan nilai tekanan darah antara pengukuran sebelum dan sesudah pemberian
- 5.1.3 Gambaran tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol antara pengukuran I dan II tidak menunjukkan perubahan yang bermakna, sehingga tekanan darah diastolik pada kelompok ini cenderung stabil selama periode penelitian.
- 5.1.4 Gambaran tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi sesudah pemberian aromaterapi menunjukkan nilai yang lebih rendah dibandingkan pengukuran sebelum intervensi.
- 5.1.5 Gambaran tekanan darah diastolik pada kelompok intervensi sesudah pemberian aromaterapi lavender menunjukkan nilai yang lebih rendah dibandingkan pengukuran sebelum intervensi.
- 5.1.6 Terdapat perbedaan tekanan darah sistolik yang bermakna pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender, sehingga dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lavender berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia hipertensi.
- 5.1.7 Terdapat perbedaan rerata tekanan darah diastolik yang bermakna pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender,

yang menunjukkan bahwa aromaterapi lavender berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah diastolik.

- 5.1.8 Pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik yang bermakna antara pengukuran I dan pengukuran II diduga dipengaruhi oleh faktor lain seperti kepatuhan konsumsi obat antihipertensi, pola istirahat, aktivitas fisik, serta proses adaptasi responden selama penelitian berlangsung.
- 5.1.9 Pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan tekanan darah diastolik yang bermakna antara pengukuran I dan pengukuran II, yang menunjukkan bahwa tanpa intervensi aromaterapi lavender, tekanan darah diastolik cenderung dipertahankan dalam kondisi stabil.
- 5.1.10 Tidak terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok setelah pemberian aromaterapi lavender.
- 5.1.11 Tidak terdapat perbedaan tekanan darah diastolik yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sesudah pemberian aromaterapi lavender.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Lansia

Lansia hipertensi dapat memanfaatkan aromaterapi lavender sebagai terapi komplementer untuk membantu sebagai pelengkap dalam menurunkan tekanan darah dan meningkatkan relaksasi, dengan rutin pengobatan antihipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan serta menjaga pola hidup sehat.

5.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya perawat dapat mempertimbangkan aromaterapi lavender sebagai intervensi keperawatan komplementer dalam asuhan lansia hipertensi untuk membantu menurunkan stres dan mendukung pengendalian tekanan darah.

5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat dengan jumlah sampel yang lebih besar serta mengendalikan faktor nonfarmakologis, seperti pola makan, tingkat stres dan kepatuhan konsumsi

obat, agar pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah dapat terlihat lebih jelas