

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah Kesehatan global yang masih menjadi tantangan utama di seluruh dunia (WHO, 2023). Penyakit ini sering disebut sebagai *Silent Killer*. Karena umumnya tidak menimbulkan gejala yang spesifik, namun dapat menyebabkan komplikasi serius pada berbagai organ vital seperti jantung, otak, dan ginjal. Hipertensi pada lansia sering terjadi karena disebabkan oleh penurunan elastisitas dinding aorta, penebalan katub jantung yang membuat kaku katub, menurunnya kemampuan memompa jantung, kehilangan elastisitas pembuluh darah perifer, dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Rifai & Safitri, 2022). Peningkatan tekanan darah menyebabkan jantung bekerja lebih keras dari biasanya yang dapat mengakibatkan gagal jantung, stroke, infark jantung, gangguan ginjal dan pembuluh darah. Komplikasi dari penyakit hipertensi dapat mengakibatkan terjadinya kematian atau kecacatan nomor satu di dunia (Juniarti et al., 2023).

Jumlah orang yang berusia di atas 60 tahun di seluruh dunia diperkirakan mencapai 1,28 miliar orang di dunia menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menderita hipertensi, dan dua per tiganya berasal dari negara berpenghasilan menengah ke bawah (WHO, 2023). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI 2023), hipertensi merupakan penyebab kematian tertinggi keempat di Indonesia dengan angka 10,2 %. Angka ini menunjukkan peningkatan di bandingkan data Risesdas 2018, di mana prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1%, dan cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Hasil SKI 2023 memperlihatkan bahwa prevalensi hipertensi lebih tinggi pada kelompok umur lanjut usia yaitu 68,6% di bandingkan kelompok usia muda, sejalan dengan hasil Risesdas yang menunjukkan peningkatan tekanan darah seiring penuaan. Dengan demikian, baik data Risesdas maupun SKI sama – sama menegaskan bahwa

hipertensi masih menjadi masalah utama di Indonesia, khususnya pada kelompok lansia. Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), surveilans penyakit Puskesmas tahun 2023 mencatat bahwa hipertensi merupakan penyakit terbanyak dengan 147.810 kasus (53,9%) (SKI,2023). Dinas Kesehatan DIY tahun 2024 mencatat kabupaten Sleman merupakan prevlensi tertinggi ke 2 dengan jumlah kasus hipertensi mencapai 47. 084 kasus dari total penduduk $\pm$ 1,12 juta jiwa dan berdasarkan laporan tahunan di Wilayah Puskesmas Minggir tercatat sebanyak 6.834 kasus penderita hipertensi, sedangkan data pada bulan oktober 2025 terdapat 2584 kasus (BPS Sleman, 2024).Sebanyak 70% penderita hipertensi juga tidak terlalu mengetahui dirinya mengidap hipertensi karena hampir tidak menunjukkan gejala. Oleh sebab itu penyakit hipertensi sering disebut sebagai silent killer karena penderita hipertensi sering tidak menyadari sampai terjadinya komplikasi yang dapat merusak organ vital yang cukup membahayakan dan dapat berakibat kematian (Kusyati et al., 2021). Berbagai upaya telah di lakukan Pemerintah untuk mengatasi hipertensi pada Lansia di antaranya dengan gerakan patuh dan hindari rokok dan alcohol serta melalui program prolanis di fasilitas pelayanan Kesehatan. Namun demikian, berdasarkan data pada profil Kesehatan Indonesia, lansia yang mengalami peningkatan tekanan darah meskipun berbagai program telah di jalankan. Kondisi ini memerlukan terapi komplementer secara nonfarmakologis yang bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah, mengurangi stres, serta meningkatkan relaksasi dan kualitas hidup Lansia. (Aris Setyawan & Kintoko, 2024).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis maupun non farmakologis. Penatalaksanaan secara komplementer hipertensi dapat dilakukan yaitu dengan menerapkan aromaterapi lavender. Aroma lavender merupakan salah satu bentuk terapi komplementer yang banyak di gunakan untuk menurunkan tekanan darah melalui mekanisme relaksasi dan pengendalian stress. Minyak esensial lavender berasal dari tanaman *Lavandula Angustifolia* yang mengandung berbagai senyawa aktif seperti linalool, linalyl acetate, ocimene, dan senyawa antioksidan alami yang berperan penting dalam memberikan efek fisiologis terhadap tubuh (Tiara Wahyuningsih, 2023). Penelitian yang di lakukan oleh Lee et al. (2022) menunjukkan bahwa inhalasi aromaterapi lavender dapat menurunkan

tekanan darah sistolik dan diastolic secara signifikan pada pasien hipertensi esensial. Hal ini disebabkan karena aroma lavender mampu memengaruhi sistem limbik di otak, yang berperan dalam pengaturan emosi dan sistem otonom tubuh, sehingga mengurangi kecemasan dan stres yang menjadi salah satu faktor peningkatan tekanan darah. Salah satu keunggulan dari terapi aromaterapi dalam menurunkan tekanan darah karena salah satu kandungan dalam minyak lavender yaitu minyak atsiri yang merupakan molekul yang dapat menguap (volatile) (Mahdavian et al.,2021).

Beberapa penelitian pendahulu menyatakan bahwa aroma terapi lavender mempunyai pengaruh terhadap tekanan darah. Hal ini seperti disampaikan oleh (Septi Ardianty,2023) dalam penelitiannya yang menyatakan ada pengaruh aroma terapi terhadap tekanan darah lansia penderita hipertensi dengan p value 0,001 ($p < 0,05$). Berdasarkan penelitian Tiara Wahyuningsih (2023) mengatakan bahwa aroma terapi lavender merupakan aromaterapi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah dengan hasil penelitian menunjukkan penurunan rata – rata tekanan darah sistolik sebesar 8 – 10 mmHg dan diastolik sebesar 5-7 mmHg setelah pemberian aroma terapi 1 menit . Berdasarkan systematic review yang dilakukan oleh Roswita (2022) dengan *literature review* terhadap 13 artikel yang diteliti menunjukkan bahwa aromaterapi dapat menurunkan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi dengan rata – rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 7,4 mmHg dan diastolic sebesar 4,8 mmHg. Penelitian yang dilakukan terkait pemberian aroma terapi sampai saat ini paling sering menggunakan jenis aroma terapi lavender minyak esensial (Hastuti, 2019).

Hasil studi pendahuluan dilakukan tanggal 1 Oktober 2025 di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir menunjukkan data bahwa jumlah lansia usia 60 - 70 tahun dengan hipertensi pada bulan Oktober di Dusun Minggir dan Nanggulan mencapai 358 orang yang mengalami tekanan darah tinggi berdasarkan hasil pengukuran pada bulan oktober peneliti dapat melihat dari data puskesmas. Hasil wawancara kepada dua lansia pada tanggal 8 oktober 2025 mengatakan cara mengontrol tekanan darah hanya dengan mengkonsumsi obat rutin namun tekanan darah tetap tinggi dan lansia kedua mengatakan mengkonsumsi obat rutin serta rajin menggunakan garam diet . Hasil wawancara kepada satu kader mengatakan belum pernah ada yang

melakukan pemberian aroma terapi lavender kepada pasien lansia dengan hipertensi untuk tujuan penatalaksanaan pasien hipertensi. Hal tersebut yang mendasari penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh aroma terapi lavender terhadap tekanan darah pada pasien lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh aroma terapi aroma lavender terhadap tekanan darah pada pasien lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik aroma terapi lavender terhadap tekanan darah pada pasien lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir

1.3.2 Tujuan Khusus

Penelitian ini juga memiliki tujuan khusus diantaranya:

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik responden yang mencakup usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, kurun waktu menderita hipertensi
- b. Untuk mengetahui gambaran tekanan darah sistolik dan distolik sebelum dan sesudah pengukuran I dan pengukuran II untuk kelompok intervensi pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Minggir
- c. Untuk mengetahui Gambaran tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pengukuran I pengukuran II untuk kelompok kontrol pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Minggir
- d. Untuk menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Minggir

- e. Untuk menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Minggir
- f. Untuk menganalisis perbedaan rerata tekanan darah sistolik dan diastolik kelompok kontrol pada pengukuran I dan pengukuran II pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Minggir
- g. Untuk menganalisis perbedaan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah intervensi aromaterapi lavender pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir
- h. Untuk menganalisis perbedaan tekanan darah sistolik pada kelompok intervensi Sesudah pemberian aromaterapi lavender di banding kelompok kontrol pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Puskesmas Minggir
- i. Untuk menganalisis perbedaan tekanan darah diastolik pada kelompok intervensi Sesudah pemberian aromaterapi lavender di banding kelompok kontrol pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Puskesmas Minggir

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Studi ini bisa dimanfaatkan sebagai kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, memberikan wawasan serta informasi bagi pembaca dan berfungsi sebagai referensi bagi mahasiswa yang berkaitan dengan keperawatan medikal bedah dan keperawatan gerontik, khususnya dalam penanganan pasien hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini juga dapat di jadikan masukan bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Minggir dalam penerapan terapi komplementer untuk meningkatkan kualitas hidup lansia hipertensi.