

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular karena disebabkan oleh kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan tekanan darah meningkat (Fildayanti *et al.*, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO, 2023) hipertensi atau tekanan darah tinggi terjadi karena tekanan di pembuluh darah penderita terlalu tinggi dengan rentang tekanan darah mencapai (140/90 mmHg atau lebih tinggi). Selain itu, hipertensi juga dikenal sebagai keadaan tekanan darah yang secara konsisten tinggi, yang menjadi salah satu penyebab utama gagal jantung dan gagal ginjal. Kondisi ini bahkan dapat mengakibatkan penderita mengalami kematian mendadak, karena sering kali tidak menimbulkan gejala yang jelas menurut Sumaryati, 2018 dalam (Syafi'i, 2024).

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah secara menetap dalam jangka waktu tertentu, yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius bahkan berujung pada kematian (Ainurrafiq *et al.*, 2019). Tekanan darah dikatakan tinggi apabila tekanan sistolik melebihi 140 mmHg dan diastolik melebihi 90 mmHg pada dua kali pemeriksaan berbeda. Penyakit ini sering disebut sebagai “*silent killer*” karena dapat merusak organ vital, terutama jantung, tanpa menimbulkan gejala yang jelas (Ratnawati & Choirillaily, 2020). Hipertensi yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius, seperti gagal jantung, gagal ginjal, dan stroke (Suciana *et al.*, 2020). Selain dampak fisik, hipertensi juga dapat memengaruhi kesehatan psikologis, misalnya menimbulkan kecemasan dan stres. Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dibedakan menjadi hipertensi primer dan sekunder. Hipertensi primer atau idiopatik tidak memiliki penyebab pasti, namun faktor genetik, jenis kelamin, usia, pola makan, berat badan, dan gaya hidup diketahui berperan dalam meningkatnya risiko terjadinya penyakit ini (Susanti *et al.*, 2022).

Menurut data prevalensi berdasarkan WHO tahun 2018, diperkirakan sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang dimana 1 dari setiap 3 orang

di dunia di diagnosis penyakit hipertensi. Di Negara Indonesia data prevalensi penderita hipertensi mencapai angka sebesar 34,11% yang berarti hampir 1 hingga 3 penduduk yang berusia 18 tahun ke atas menderita hipertensi (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Menurut data Riskesdas 2018 Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) memiliki prevalensi hipertensi sebesar 11,01%, sedangkan data menurut (SKI, 2023) prevalensi hipertensi di DIY menjadi 12,3% artinya memiliki kenaikan sebanyak 1,29%. Di wilayah DIY, prevalensi hipertensi tercatat sebesar 28,8% di Bantul, 51,9% di Sleman, 32,8% di Kota Yogyakarta, dan 22,5% di Kulon Progo (Abdillah, 2022). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa hipertensi dapat menyerang berbagai kelompok usia, mulai dari usia muda hingga lansia (>60 tahun).

Hipertensi pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti faktor genetik, kurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, dan gaya hidup yang tidak terkontrol. Terapi konvensional seperti halnya pengobatan dan pengendalian standar untuk menurunkan dan mengendalikan hipertensi dengan modifikasi gaya hidup cukup efektif (Kemenkes, 2023). WHO menjelaskan jika terapi komplementer adalah bentuk praktik kesehatan yang memanfaatkan pengetahuan serta kepercayaan terkait pemanfaatan bahan alami seperti tanaman dan hewan, yang dikombinasikan untuk menjaga kesehatan serta mencegah timbul penyakit (Rajin, 2020). Salah satu terapi komplementer yang dimanfaatkan untuk pengendalian tekanan darah ialah aromaterapi sebagai bagian dari pengobatan tradisional berbasis bukti ilmiah menjadi salah satu alternatif yang efektif. Salah satu jenis aromaterapi yang bermanfaat adalah lavender (*Lavandula angustifolia*), yang mengandung senyawa aktif *linalool* dan *linalyl acetate* dengan efek sedatif, ansiolitik, dan vasodilator, sehingga berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Ardianty dan Sari (2023) mendukung bahwa aromaterapi adalah salah satu terapi komplementer yang dapat dilakukan dan diterapkan dalam rutinitas harian untuk membantu menurunkan tekanan darah karena menunjukkan hasil penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pemberian intervensi.

Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Ayu (2021) dengan dengan jumlah responden sebanyak 30 dimana dibagi menjadi 2 kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dimana pemberian aromaterapi lavender menggunakan *diffuser* yang diberikan sebanyak 5 tetes minyak esensial lavender dan 20 ml air selama 10 menit yang dilakukan selama 3 hari menunjukkan hasil adanya pengaruh yang signifikan dimana *p value* lebih besar dari nilai α (0,05) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan rata-rata tekanan darah sebelum diberikan intervensi adalah 157,33 mmHg dan diastolik 96,67 mmHg, dan setelah diberikan intervensi menunjukkan penurunan tekanan darah dengan rata-rata tekanan darah sistolik 137,33 mmHg dan diastolik 89,67 mmHg. Penelitian serupa yang dilakukan Wahyuningsih dan Maryatum (2023) pada 33 responden menggunakan terapi lavender menggunakan *diffuser* dengan 3-4 tetes yang dilakukan selama 3 minggu 6 kali kunjungan terdapat penurunan menjadi hipertensi derajat 1. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh (Wulansari, 2017) dengan pemberian aromaterapi lavender selama 7 hari, menurunkan tekanan darah dengan *mean* pada sistolik sebesar 150,51 mmHg dan tekanan darah diastolik memiliki *mean* sebesar 91,03 mmHg. Dari penelitian yang terdahulu peneliti menggunakan SOP (Ayu, 2021) dikarenakan jika dalam penelitian ini ada keterkaitannya dengan penelitian yang akan dilakukan bahwa dari hasil bukti yang signifikan menunjukkan penurunan yang efektif dalam pemberian aromaterapi lavender, pada intervensi yang dikaji selaras menggunakan *diffuser* serta SOP yang digunakan memberikan hasil yang signifikan dan mendukung pemberian aromaterapi menjadi terapi komplementer yang efisien dan mudah diterapkan di pelayanan kesehatan. Selain itu, waktu dalam proses intervensi tidak terlalu cepat dan tidak terlalu lama.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Depok 3 Sleman, Yogyakarta pada tanggal 4 Oktober 2025, diketahui bahwa Padukuhan Mrican merupakan wilayah dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak kedua setelah Dukuh Papringan. Data penderita hipertensi di Dukuh Mrican tercatat sebanyak 144 orang. Dari jumlah tersebut, terdapat 55 penderita berusia 15–59 tahun

dan 89 penderita berusia di atas 60 tahun, serta penderita hipertensi sejumlah 34 (37,07%) adalah lansia yang berusia 60-75 tahun yang berada di Padukuhan Mrican yang terletak di Posyandu Melati 1 dan Melati 2. Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala Posyandu, diketahui bahwa banyak penderita hipertensi di wilayah tersebut tidak rutin melakukan pemeriksaan ke puskesmas maupun posyandu. Hal ini disebabkan oleh kesibukan para penderita yang sebagian besar masih bekerja pada waktu yang bersamaan dengan jadwal pemeriksaan rutin. Peserta posyandu yang hadir setiap bulan umumnya adalah orang yang sama. Selain itu, beliau menambahkan bahwa sejauh ini belum pernah dilakukan penelitian dengan topik pemberian intervensi aromaterapi lavender di Padukuhan Mrican. Berdasarkan fenomena tersebut serta uraian pada latar belakang, peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Padukuhan Mrican Desa Caturtunggal Kecamatan Depok Sleman.” Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan bagi pembaca mengenai efektivitas aromaterapi lavender dalam membantu menurunkan tekanan darah pada lansia.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Mrican Desa Caturtunggal Kecamatan Depok Sleman?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Padukuhan Mrican Desa Caturtunggal Kecamatan Depok Sleman.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan.

1.3.2.2 Menganalisis rerata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia penderita hipertensi.

1.3.2.3 Menganalisis rerata tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada lansia penderita hipertensi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Akademis

Diharapkan penelitian ini mampu menambah pengetahuan bagi mahasiswa maupun civitas akademik yang akan melanjutkan penelitian selanjutnya, serta dapat menjadi bahan bacaan bagi penelitian selanjutnya, terutama menambah informasi bagi mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta tentang pengaruh aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Padukuhan Mrican Desa Caturtunggal Kecamatan Depok Sleman.

1.4.2 Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber pemahaman tentang manfaat dan penggunaan aromaterapi sebagai pengobatan tradisional pada penyakit hipertensi, dan diharapkan penelitian ini sebagai sumber ilmu pengetahuan untuk menjaga tekanan darah pada penderita hipertensi.