JIUBJ

Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi, 22(3), Oktober 2022, 1958-1960
Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat universitas Batanghari Jambi
ISSN 1411-8939 (Online), ISSN 2549-4236 (Print)
DOI 10.33087/jiubj.v22i3.2838

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender pada Penderita Hipertensi dengan Gangguan Rasa Nyaman

Indra Febriani*, Faiza Yuniati, Sri Martini, Jawiyah, Peni Ana Sari
Prodi DIII Keperawatan Palembang, Poltekkes Kemenkes Palembang
*Correspondence email: indrapebriani@gmail.com

Abstrak. Hipertensi merupakan suatu keadaan peningkatan tekanan yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi. Penelitian Ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender pada klien hipertensi dengan gangguan rasa nyaman. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 25 Maret 2022 sampai dengan 10 Maret 2022. Jumlah responden 2 orang dengan waktu intervensi selama 4 Hari. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas 23 Ilir Palembang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi pemberian aromaterapi lavender, terjadi perubahan skala nyeri dari skala nyeri 5 menjadi 1 pada 2 klien. Intervensi pemberian aromaterapi lavender berpengaruh terhadap penurunan rasa nyaman klien hipertensi dengan nyeri kepala

Kata kunci : Aromaterapi; Hipertensi;Lavender; Nyeri

Abstract. *Hypertension is a condition of increased pressure that can cause various complications. This study aims to determine the effect of giving lavender aromatherapy to hypertensive clients with comfort disorders. This research uses a case study method with a nursing process approach. The study was conducted on March 25, 2022 to March 10, 2022. The number of respondents was 2 people with an intervention time of 4 days. The research was conducted in the working area of 23 Ilir Health Center Palembang. The results showed that after the intervention of giving lavender aromatherapy, there was a change in the pain scale from a pain scale of 5 to 1 in 2 clients. The intervention of giving lavender aromatherapy has an effect on reducing the comfort of hypertensive clients with headaches*

Keywords **:** *Aroma therapy; Hypertension;Lavender; Painful*

PENDAHULUAN

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan tekanan darah tinggi sangat sering dijumpai di negara Indonesia. Seseorang dikatakan berisiko atau memiliki hipertensi apabila jika telah dilakukan pengukuran selama beberapa kali tekanan darahnya tetap tinggi yaitu sistolik ≥ 140 mmHg dan distolik ≥90 mmHg (Prasetyoningrum, 2014). Menurut Word Health Organization (WHO) sekitar 28% atau 764 juta di dunia mengidap penyakit hipertensi. Pada tahun 2025 data ini diperkirakan akan meningkat menjadi 29,2%. Berdasarkan riset kesehatan dasar tahun 2018 prevalensi penyakit hipertensi sebesar 51,3% pada penduduk usia ≥18 tahun (Pusdatin, 2018). Hipertensi biasanya tidak menimbulkan gejala apapun kecuali ketika sudah terjadi komplikasi pada organ lain seperti otak, jantung, ginjal, dan mata. Gejala yang muncul biasanya seperti sakit kepala. (Junaidi, Edi. *et al*. 2013). Nyeri atau sakit kepala hanya merupakan gejala bukan sebagai penyakit. Tetapi sakit kepala ini bisa menandakan adanya penyakit organic (neurologic), respon stress, vasodilatasi (migran) dan tegang otot rangka (nyeri kepala tegang). (Susiliarni, Winarsih,et al, 2017).

Nyeri kepala yang diakibatkan oleh adanya penyakit hipertensi dikategorikan sebagai jenis nyeri kepala migraine (intrakranial). Nyeri kepala ini ditandai dengan sensasi prodromal seperti penglihatan kabur, nausea, auravisual bahkan dapat menimbulkan halusinasi. Gejala ini biasanya muncul sekitar 30 menit sampai 1 jam sebelum nyeri kepala. Nyeri kepala ini juga bisa disebabkan karena emosi atau ketegangan yang berlangsung lama sehingga menimbulkan reflex vasospasme pada pembuluh arteri yang memasok darah ke otak sehingga terjadi iskemik pada sebagian otak dan menyebabkan nyeri kepala (Sjahrir H, 2004). Aromaterapi merupakan wangi-wangian dari tumbuhan yang digunakan dengan cara dihirup. Molekul yang menguap dari lavender tersebut akan merangsang memori dan membuat perasaan tenang, rileks dan memperlancar aliran darah. Aromateri yang sering digunakan adalah aromaterapi lavender yang biasanya digunakan dalam bentuk minyak (oil). Aromaterapi lavender ini berguna untuk meredakan kegelisahan, mengatasi masalah depresi, memudahkan tidur, dan mengurangi rasa tegang. (Sudjono. 2009).

Ada 2 teknik yang bisa digunakan untuk mengurangi nyeri yaitu dengan terapi farmakologis dan terapi non farmalokologi. Terapi farmakologi dapat berupa pemberian obat Pereda nyeri tetapi hal ini dapat memicu timbulnya ketergantungan terhadap obat sehingga bias menyebabkan obat tidak bekerja efektif pada tubuh. Terapi nonfarmakologi merupakan terapi tanpa menggunakan obat-obatan melainkan berupa terapi pendamping yang sangat berguna untuk meredakan nyeri. (Haryani, 2018). Terapi nonfarmakologi yang dapat digunakan dalam mengatasi nyeri kepala diantaranya adalah aromaterapi (Cuciati, 2016). Aromaterapi merupakan sebuah metode terapi

menggunakan minyak esensial untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi dan spirit. Aroma yang dihasilkan dari aromaterapi berikatan dengan gugus steroid di dalam kelenjar keringat yang disebut osmon. Osmon berpotensi sebagai penenang kimia alami yang akan merangsang neurokimia otak. Aroma yang menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan sejahtera (Solehati & Kosasih, 2015).

METODE

Metode studi kasus ini menggunakan desain deskriktif dengan pendekatan proses keperawatan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Februari sampai dengan 10 Maret 2022. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 2 orang dengan waktu pemberian 4 hari berturut-turut. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas 23 Ilir Palembang. Penelitian ini bertujuan untuk mengaplikasikan implementasi keperawatan manajemen nyeri pemberian aromaterapi lavender pada pasien hipertensi dengan gangguan rasa nyaman di Wilayah Kerja Puskesmas 23 Ilir Palembang. Prosedur pengumpulan data dilakukan mulai dari pengkajian, menetapkan diagnosa, intervensi dan melakukan tindakan keperawatan pemberian aromaterapi lavender selama 4 hari berturut-turut selama 15 menit dan dilanjutkan dengan evaluasi. Implementasi keperawatan dilakukan setelah klien diberikan penjelasan mengenai tujuan dilaksanakan manajemen nyeri dan prosedur tindakan keperawatan yang akan dilakukan kepada klien. Kemudian klien diposisikan dengan nyaman yang dilanjutkan dengan pengukuran tanda-tanda vital dan skala nyeri pada klien. Setelah itu perawat memberikan aromatherapi lavender dan memastikan klien dalam kondisi rileks selama 15 menit kemudian diukur kembali tanda-tanda vital dan skala nyeri pada klien.

HASIL

1. Pasien 1

Klien Ny. S berusia 56 tahun, berjenis kelamin perempuan, berkeluarga dan memiliki 2 orang anak laki-laki dan perempuan, pendidikan terakhir SMP, beragama islam dan merupakan seorang ibu rumah tangga. Tidak ada riwayat anggota keluarga lain yang mengalami hipertensi. Klien mengatakan sudah menderita hipertensi sejak 1 tahun yang lalu, klien mengatakan sejak 2 bulan terakhir sering mengalami nyeri kepala. Klien mengatakan nyeri yang dirasakan seperti ditusuk dan nyeri yang dirasakan hilang timbul, klien mengatakan rutin mengkonsumsi obat antihipertensi sesudah makan. klien mengatakan suka mengkonsumsi makanann seperti acar-acaran, minum kopi, TD: 150/90 mmHg, RR : 80x/menit, N : 20 x/menit, S : 36,5°C, skala nyeri 5, kesadaran composmentis, klien tampak meringis. Diagnosa keperawatan yang didapatkan adalah gangguan rasa nyaman nyeri, Intervensi pada gangguan rasa nyaman nyeri yaitu manajemen nyeri antara lain identifikasi nyeri dengan PQRST, kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri, fasilitasi istirahat dan tidur, ajarkan teknik nonfarmakologis (pemberian aromaterapi lavender), dan kolaborasi pemberian analgetik (DPP PPNI, 2017).

2. Pasien II

Klien Ny. M berusia 62 tahun, perempuan, sudah berkeluarga, pendidikan terakhir SD, beragama islam, bekerja sebagai pedagang, tidak ada riwayat anggota keluarga lain yang mengalami hipertensi. Klien mengatakan sudah menderita hipertensi sejak 1 tahun yang lalu, klien mengatakan apabila merasa kelelahan hipertensinya suka kambuh sering mengalami nyeri kepala menjalar sampai ke leher. mengatakan mengkonsumsi obat antihipertensi namun jarang kontrol ke pelayanan kesehatan terdekat. TD : 150/100 mmHg, N : 80x/menit, RR : 22 x/menit, S : 35,6°C, skala nyeri 5, kesadaran composmnetis, klien tampak meringis. Diagnosa keperawatan yang didapatkan adalah gangguan rasa nyaman nyeri, Intervensi pada gangguan rasa nyaman nyeri yaitu manajemen nyeri antara lain identifikasi nyeri dengan PQRST, kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri, fasilitasi istirahat dan tidur, ajarkan teknik nonfarmakologis (pemberian aromaterapi lavender), dan kolaborasi pemberian analgetik (DPP PPNI, 2017).

Tabel 1
Hasil Skala Nyeri Pemberian Aromaterapi Lavender

Klien	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4
Ny. S	5	4	3	1
Ny. M	5	4	3	1

Sumber: data olahan

Tabel 1 didapatkan data hasil studi yang menunjukkan skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan tindakan pemberian aromaterapi lavender. Pada klien 1 skala nyeri 5, pada hari kedua terjadi penurunan skala yaitu menjadi 4, dan pada hari ketiga terdapat perubahan kembali menjadi skala nyeri 3, dan pada hari keempat setelah pemberian tindakan aromaterapi lavender terdapat perubahan skala nyeri menjadi skala nyeri 1. Pada klien ke 2, skala nyeri yang dialami pada hari pertama adalah 5. Setelah pemberian tindakan aromaterapi lavender terdapat perubahan skala menjadi skala nyeri 4, pada hari ketiga terjadinya penurunan kembali skala nyeri menjadi 3, dan pada hari keempat terdapat perubahan kembali skala menjadi 1 setelah pemberian tindakan aromaterapi lavender. Implementasi tindakan pemberian aromaterapi lavender ini dilaksanakan dengan memberikan penjelasan tentang tujuan dan langkah-langkah prosedur yang akan dilakukan pada klien. Kemudian perawat menyiapkan kursi, mencuci tangan dengan mencuci tangan 6 langkah. Selanjutnya perawat melakukan pengukuran tekanan darah, frekuensi nadi dan suhu, dan penulis mengatur posisi klien senyaman mungkin untuk tindakan

pemberian aromaterapi lavender, klien dianjurkan untuk rileks, setelah itu klien dianjurkan untuk menghirup aromaterapi lavender selama 15 menit, anjurkan klien bernapas beberapa kali dengan normal, usahakan klien agar tetap konsentrasi, setelah itu anjurkan klien untuk mengulangi prosedur.

Pemberian tindakan aromaterapi lavender ini dilakukan selama 4 hari berturut- turut.

1. Hari pertama, penulis menjelaskan prosedur tindakan yang akan dilakukan pada klien dan meminta persetujuan kepada klien untuk dilaksanakan kegiatan pemberian terapi ini, setelah mendapatkan persetujuan dari klien lalu dilanjutkan dengan mengaplikasikan tindakan aromaterapi lavender pada klien. Pada hari pertama di dapatkan tekanan darah pada Ny. S sebagai klien I 150/90 mmHg dengan skala nyeri 5, sedangkan pada Ny. M sebagai klien 2 150/100 mmHg dengan skala nyeri 5.
2. Hari kedua, perawat kembali melakukan pemberian aromaterapi lavender dan di dapatkan tekanan darah pada Ny. S masih sama dengan hari sebelumnya yaitu 150/90mmHg dengan skala nyeri 4, sedangkan pada Ny. M sebagai klien 2 150/100 mmHg dengan skala nyeri 4. Pada hari kedua, penulis masih melakukan demonstrasi pemberian aromaterapi lavender dan di dapatkan tekanan darah pada Ny. M masih sama dengan hari sebelumnya yaitu 150/100 mmHg dengan skala nyeri 5,
3. Hari ketiga, klien sudah mengerti dan bisa melakukan secara mandiri tindakan aromaterapi lavender, didapatkan perubahan pada tekanan darah dan tingkat nyeri Ny. S yaitu 130/70 mmHg dengan skala nyeri 3, dan pada Ny. M didapatkan tekanan darah 130/90 mmHg dengan skala nyeri 3. Pada hari terakhir didapatkan perubahan pada Ny. S yaitu tekanan darah 120/80 mmHg dan skala nyeri berkurang menjadi 1, dan pada Ny. M tekanan darah 120/90 mmHg dengan skala nyeri turun menjadi 1.

Berdasarkan hasil penerapan berupa pemberian aromaterapi lavender terhadap pasien nyeri kepala didapatkan bahwa hari pertama sebelum penerapan nyeri kepala subyek I (Ny. K) termasuk dalam kategori nyeri sedang dengan skor nyeri 5 dan pada hari ketiga setelah pemberian aromaterapi lavender skor nyeri kepala Ny. K adalah 1 atau berada pada kategori nyeri ringan. Sedangkan pada subyek II (Ny. P) pada hari pertama sebelum penerapan mengalami nyeri dalam kategori ringan dengan skor nyeri 3 dan hari ketiga setelah penerapan skor nyeri Ny. P menurun menjadi 1 atau masih berada pada rentang nyeri ringan. Penelitian Haryanto et al. (2017) juga menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi terbukti efektif menurunkan intensitas nyeri kepala dimana rata-rata intensitas nyeri pasien sebelum pemberian aromaterapi adalah 4,00 dan setelah intervensi menurun menjadi 1,17 atau terjadi perubahan sebesar 2,837. Studi yang dilakukan Sitepu, (2021) juga membuktikan bahwa aromaterapi lavender terbukti efektif menurunkan skala nyeri kepala kepala primer8. Hasil penerapan ini sejalan teori yang menjelaskan bahwa aroma yang dihasilkan dari aromaterapi berikatan dengan gugus steroid di dalam kelenjar keringat yang disebut osmon. Osmon berpotensi sebagai penenang kimia alami yang akan merangsang neurokimia otak. Aroma yang menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan enkefalin yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan sejahtera6 (Solehati& Kosasih, 2016).

SIMPULAN

Intervensi pemberian aromaterapi lavender berpengaruh terhadap penurunan rasa nyaman klien hipertensi dengan nyeri kepala

DAFTAR PUSTAKA

Cuciati, Wardy, A., & Irawati, D. 2016. Pengaruh Relaksasi (Aromaterapi Lavender) Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Klien Cephalgia Primer (Migren) di Puskesmas Margadana Kota Tegal Tahun 2016. *FIK UMJ*, *1*(1), 1–9.

DPP PPNI, 2017. *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (1 ed.).*Jakarta: Dewan Pengurus Pusat PPNI

Haryani, S., Tandy, V., Vania, A., & Barus, J. 2018. Penatalaksanaan Nyeri Kepala pada Layanan Primer. *Callosum Neurology*, *1*(3), 83–90. https://doi.org/10.29342/cnj.v1i3.16

Haryanto, J., Kusnanto, Suarilah, I., & Priyanti, R. P. 2017. Aromaterapi Menurunkan Tingkat Nyeri Kepala Penderita migren. *Jurnal Ners*, 2(2) 61-66

Junaidi, Edi. *et al*. 2013. *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: F Media.

Prasetyoningrum, Yunita Indah. 2014. *Hipertensi Bukan Untuk di Takuti*. Cet.1.-Jakarta: F Media

Pusat data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Infodatin Hipertensi*. Kemenkes RI.

Riskesdas. 2018. *Riset Kesehatan Dasar*, Balitbang Kemenkes RI: Jakarta

Sitepu, R.A.A.B 2021. Hubungan Penggunaan Aromaterapi dengan Penurunan Nyeri Kepala Primer Pada Mahasiswa Universitas Sumatera Utara

Sjahrir H. 2004. Mekanisme Terjadinya Nyeri Kepala Primer dan Prospek Pengobatannya. *http://library.usu.ac.id/download/fk/neurologi-hasan.pdf* 21-09-2018

Solehati, T., & Kosasih, C. E. 2015. *Konsep & Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas* (Anna, Ed.). Bandung: PT. Refika Aditama

Sudjono. 2009. *Manfaat Aromaterapi Bagi Kesehatan*. Yogyakarta: Insan Cendikia

Susiliarni, Winarsih, S & Idhayanti, R. 2017. Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Pengendalian Nyeri Persalinan Kala I pada Ibu Bersalin. *Jurnal Kebidanan.* 6(12)