AROMA TERAPI BUNGA MAWAR UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI

(Literatur Review)

Trihandayani Y[1] , Agustiani A P[2], Putri A A[3], Ghifari M K[4] , Fauzi A S[5], Febriani A[6]

D III Keperawatan STIKes Ahmad Dahlan Cirebon

Email: [1]yantrhy21@gmail.com

[2]alfirapuji170805@gmail.com

[3]adindaapriliani681@gmail.com

[4]xyuchaa@gmail.com

[5]ojizibe21@gmail.com

[6]aidahfebriani0@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan faktor resiko penting bagi berkembangan dan peningkatan penyakit jantung, diperkirakan akan menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan diseluruh dunia pada tahun 2020, jumlah etimasi penderita hipertensi di Kabupaten Cirebon tahun 2020 sebanyak 644.577 dan jumlah penderita hipertensi yang dapat pelayanan kesehatan sebanyak 27,1% dari jumlah penderita seluruhnya (Dinkes Kabupaten Cirebon, 2020). Salah satu penanganan yang dapat dilakukan untuk mengontrol tekanandarah yaitu dengan terapi aromaterapi bunga mawar . Tujuan *literature review* ini untuk menganalisis penerapan aromaterapi bunga mawar dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Metode pencarian literatur menggunakan database *Google Scholar* (2020-2022) dengan menggunakan kata kunci "Aromaterapi Bunga Mawar" AND "Hipertensi". Didapat 4 jurnal yang sesuai dengan kriteria insklusi yang ditetapkan. Hasil analisis literatur yang ditemukan sebagian dipublikasikan tahun 2020, desain penelitian yang digunakan *Quasi eksperimen*. Teknik sampling yang digunakansebagian besar adalah *Purposive Sampling*. Instrument yang digunakan adalah lembar observasi. Analisa data yang digunakan sebagian besar *uji Paired Sampel T test*. Hasil dari review seluruh jurnal menyebutkan terdapat pengaruh yang signifikan dari terapi aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Tenaga kesehatan diharapkan dapat mengaplikasikan terapi aromaterapi bunga mawar untuk menurunkan tekanan darah pada hipertensi.

Kata Kunci: *aromaterapi bunga mawar , hipertensi*

ABSTRACT

Hypertension is an important risk factor for the development and increase of heart disease. It is estimated that it will be the main cause of death and disability throughout the world in 2020, the number of people suffering from hypertension in Cirebon Regency in 2020 was 644,577 and the number of hypertension sufferers who received health services was 27.1% of the total number of people suffering from hypertension (Kalsipaten Cuelon Health Office, 2020). One of the treatments What can be done to control blood pressure is by using rose flower aromatherapy, Tupain Fiteronar resin, to analyze the application of rose flower aromatherapy in lowering blood pressure in hypertensive patients. The literature search method used the Google Scholer database (2020-2022) by echoing the keywords Rose Aromatherapy AND "Hypertension It was found that 4 juries were in accordance with the specified class criteria. The results of the literary analysis that were found were partly published in 2020. The research design used was the experimental sampling method used for the most part was Side Parpone. The instrument used was an observation sheet. The data analysis used was mostly Paired Sample Test. . The results and results of all journals have a significant effect on the risk of being infected with the right and wrong skin in patients with diabetes. Health workers are expected to be able to apply anema therapy to reduce blood pressure in the patient.

Key words: *rose aroma therapy, hypertension*

I. PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu kondisi medis di mana tekanan darah meningkat ke tekanan yang tinggi. Kondisi ini merupakan tanda atau pemicu terjadinya stroke, serangan jantung, atau gagal jantung resiko yang lebih tinggi dari biasanya. Selain itu, ada beberapa kasus dimana pasien hipertensi mengalami masalah serius pada ginjalnya (Wicaksono, 2015).

Menurut R Indriyani (2022) tekanandarah tinggi merupakan faktor risiko penting untuk perkembangan dan peningkatan penyakit jantung. Diperkirakan pada tahun 2020 penyakit ini akan menjadi penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia. Perkiraan jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Cirebon pada tahun 2020 sebanyak 644,577 jiwa. Jumlah pasien hipertensi yang mencari layanan medis adalah 27,1 persen dari total jumlah pasien yang terkena dampak.

Sedangkan usia, jenis kelamin, danriwayat keluarga merupakan faktor yang tidak dapat diubah pada penderita hipertensi, namun faktor gaya hidup seperti merokok, asupan garam berlebihan, penggunaan minyak goreng, konsumsi alkohol, konsumsi estrogen, dan kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor yang dapat diubah-ubah secara preventif pengukuran. Komplikasi Hipertensi (Departemen Kesehatan RI, 2019). Upaya pengendalian tekanan darah dapat dilakukan melalui cara farmakologi maupun non farmakologi (Dwi, 2017). Tindakan farmakologis antara lain meminum obat untuk menstabilkan tekanan darah dengan berbagai efek samping seperti sakit kepala, pusing, lemas, dan mual. Perawatan non-obat yang dapat dilakukan untuk meminimalkan efek samping pengobatan dan menstabilkan tekanan darah adalah perawatan non-obat (Arya,2019)

Alternatif non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah adalah menggunakan aromaterapi. Aromaterapi mawar dapat digunakan sebagai aromaterapi yang menenangkan pikiran. Selain itu bunga mawar juga membantu melawan depresi dan gangguan tidur, menguatkan saluran pencernaan dan membersihkan racun pada saluran kemih, mengontrol keseimbangan produksi hormon, melancarkan peredaran darah dan memperlambat. Risiko penyakit jantung, sakit kepala, gangguan tekanan darah, dll. Aromaterapi dengan menggunakan minyak aromaterapi mawar dapat menurunkan tekanan darah dan detak jantung pada penderita hipertensi ringan (W Wahyuni, 2020).

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang aroma terapi bunga mawar untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

II. METODE

2.1 Strategi Pencarian Literatur

a. Kata kunci

Dalam pencarian literatur review melalui database Google Scholar yang menggunakan kata kunci "AND" yang dipakai untuk lebih detail lagi dalam pencarian jurnal dan dapat mempermudah pencarian jurnal yang diinginkan. Kata kunci yang digunakan adalah "Aroma terapi bunga mawar" AND " Penurunan Hipertensi"

b. Database atau search engine

Data sekunder merupakan data yang digunakan dalam penelitian ini, Dimana data yang ada didapatkan tidak langsung terjun pengawasan, tetapi mengambil dari data penelitian terdahulu yang telah dilaksanakan. Sumber data yang digunakan menggunakan database *GoogleScholar* yang berupa artikel atau jurnal.

2.2 Kriteria Inklusi dan Ekslusi

a. Kriteria Inklusi dan Ekslusi dengan

format PICOS

Tabel 2.1 Kriteria Inklusi dan Ekslusi dengan format PICOS

Kriteria	Inklusi	Ekslusi
Problem	Penurunan tekanan darah pasien hipertensi	Selain penurunan tekanan darah pasien hipertensi
Intervention	Tindakan aroma terapi bunga mawar	Tidak ada intervensi
Comparation	Tidak ada factor pembandi ng	Ada factor pemban ding
Outcome	Adanya pengaruh terhadap penurunan hipertensi	Tidak ada pengaruh terhadap penurunan hipertensi
Study Design	*Pre experimental, Pra experimental, Pre Test post, Study Kasus, Quasy experimental design*	*Selain Pre experimental, Pra experimental, Pre Test post, Study Kasus, Quasy experimental design*
Tahun Terbit	2020-2022	Selain 2020-2022
Bahasa	Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris	Selain Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris

b. Hasil Pencarian dan Seleksi Studi

Dari hasil pencarian literatur melalui database *Google Scholar* yang menggunakan keyword "aroma terapi bunga mawar" *AND* "penurunan hipertensi" yang dibatasi maksimal result 100, didapatkan 40 jurnal terkait topik yang dibahas. Selanjutnya dilakukan seleksi terdapat 36 jurnal di ekslusi karena tidak sesuai dengan kriteria inklusi yang diterapkan. Sehingga didapatkan 4 jurnal untuk dilakukan review.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

- Karakteristik Umum

Tabel 3.1 Karakteristik Umum Literatur

No	Kategori	f	%
A.	**Tahun Publikasi**		
1.	2020	1	25
2.	2021	1	25
3.	2022	2	50
	Jumlah	**4**	**100**
B.	**Desain Penelitian**		
1.	*Pra Experimental dengan pendekatan One Grup Pre-Test-Post-Test*	2	50
2.	*Quasy Experimental dengan pendekatan one-group pra-post test design*	1	25
3.	*Study Kasus*	1	25
	Jumlah	**4**	**100**
C.	**Sampling Penelitian**		
1.	*Purposive Sampling*	2	50
2.	*Accidental Sampling*	2	50
	Jumlah	**4**	**100**
D.	**Instrumen Penelitian**		
1.	*Observasi*	4	100
	Jumlah	**4**	**100**
E.	**Analisis Statistik Penelitian1**		
1.	Uji paried sampel T Test	4	**100**
	Jumlah	**4**	**100**

Berdasarkan tabel 3.1 dapat dilihat bahwa jurnal penelitian yang akan dilakukan review hamper sebagian (50%) dipublikasikan pada tahun 2022. Dengan sebagian besar (50%) menggunakan desain penelitian *Pra Experimental dengan pendekatan One Grup Pre-Test-Post-Test.* Teknik Sampling yang digunakan Sebagian besar 50% menggunakan Teknik *Purposive Sampling* dan

Accidental Sampling. Sebagian besar (100%) menggunakan lembar observasi sebagai

instrument dalam penelitian. Analisis yang digunakan Sebagian besar (100%) adalah *Uji Paried Sample T Test.*

- Karakteristik Hasil Penelitian

Tabel 3.2 Karakteristik Hasil Penelitian

No	Kategori	f	%
A.	**Tindakan Untuk Penurunan Tekanan Darah**		
1.	Aroma Terapi Bunga Mawar	4	100
B.	**Tekanan Darah**		
1.	Tingkat Hipertensi	1	25
2.	Tekanan darah Sebelum dan Sesudah Aroma terapi bunga mawar	3	75

Berdasarkan tabel 3.2 dapat dilihat 75% Jurnalyang akan dilakukan review, melihat kategori aroma terapi bunga mawar, yang dihubungkan dengan kategori tekanan darah yang dilihat dari tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan aroma terapi bunga mawar, sedangkan 25% lainnya melihat kategori aroma terapi bungamawar dihubungkan dengan kategori tingkat hipertensi.

- Analisis Penelitian

Tabel 3.3 Analisis Hasil Penelitian

No	Variabel yang diteliti	Analisis Literatur	Sumber Empiris
1.	Variabel Independen : Aroma Terapi Bunga Mawar Variabel Dependen : Tingkat Hipertensi	Terdapat pengaruh signifikan antara aroma terapi bunga mawar dengan penurunan tekanan darah hipertensi yaitu dari tingkat hipertensi ringan sampai sedang menjadi tingkat pre hipertensi ringan	W Wahyuni, Siti Fatmawati, Ika Silvitasari (2020)
2.	Variabel Independen : Aroma Terapi Bunga Mawar Variabel Dependen : Tekanan darah Sebelum dan Sesudah aroma terapi bunga mawar	Hasil penelitian menunjukan terdapat penuruan tekanan darah sistolik sebesar 12-37 mmHg.	Nistain Kune, Zuhriana K.Yusuf, Nurdiana Djamaluddin (2022) Ni Kadek Yuli Lestari, Ni Luh Gede Puspitayanti, I Wayan Gede Yudi Widata (2022) Yudha Putra Mahendra, Janu Purwono, Sapti Ayubbana (2021)

Berdasarkan tabel 3.3 dapat dilihat bahwa seluruh jurnal yang akan dilakukan review menyatakanHa diterima, hal ini dapat diartikan bahwa ada pengaruh aroma terapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

3.2 Pembahasan

- Gambaran tekanan darah sebelum dansesudah aroma terapi bunga mawar

Tabel 3.4 Gambaran tekanan darah responden sebelum dan sesudah aroma terapi bunga mawar

No	Peneliti	Tekanan Darah		Keterangan
		Sebelum (mmHg)	Sesudah (mmHg)	
1.	Nistain Kune, Zuhriana K.Yusuf, Nurdiana Djamaluddin (2022)	147/90	135/85	Terdapat penurunan sistolik 12 mmHg, diastolic 5 mmHg

2.	Ni Kadek Yuli Lestari, Ni Luh Gede Puspitayanti, I Wayan Gede Yudi Widata (2022)	162/105	125/81	Terdapat penurunan sistolik 37 mmHg, diastolic 24 mmHg
3.	Yudha Putra Mahendra, Janu Purwono, Sapti Ayubbana (2021)	150/100	120/80	Terdapat penurunan sistolik 30 mmHg, diastolic 20 mmHg

Berdasarkan tabel 3.4 dapat dilihat bahwa terdapat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 12-37 mmHg setelah dilakukan aroma terapi bunga mawar. Sedangkan untuk diastolic terdapat penurunan tekanan darah sebesar 5-24 mmHg setelah dilakukan aroma terapi bunga mawar.

- Gambaran tingkat hipertensi sebelum dan sesudah aroma terapi bunga mawar

Tabel 3.5 Gambaran Tingkat Hipertensi sebelum dan sesudah aroma terapi bunga mawar

No	**Peneliti**	**Tingkat Hipertensi**						**Keterangan**
		Sebelum			**Sesudah**			
		Pre HT	**HT Rendah**	**HT Sedang**	**Pre HT**	**HT Rendah**	**HT Sedang**	
1.	W Wahyuni, Siti Fatmawati, Ika Silvitasari (2020)	-	14	6	14	2	4	Terdapat penurunan tingkatan hipertensi setelah aroma terapi bunga mawar menjadi tingkatan prehipertensi-hipertensi ringan

Berdasarkan tabel 3.5 diatas dapat dilihat bahwa terdapat penurunan tekanan darah hipertensi setelah dilakukan aromat terapi bunga mawar menjadi tingkat pre hipertensi sampai dengan hipertensi ringan.

Menurut peneliti, perubahan tekanandarah pada pasien hipertensi disebabkan oleh menghirup aromaterapi yang merangsang pusat emosi dan menenangkan keadaan emosi. Merasa tenang dan rileks dapat membantu responden mengontrol tekanan darah dengan lebih baik.

Selain beberapa faktor yang telah dibahas sebelumnya, keberhasilan terapi ini dalam menurunkan tekanan darah dan menurunkan derajat hipertensi pada responden dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain frekuensi dan intensitas aromaterapi, serta perbedaan teknik inhalasi aromaterapi pada masing-masing responden juga dipengaruhi oleh beberapa faktor. Hal ini sesuai dengan penelitian Fauziah (2015).

Menurut penelitian Nopriani dkk (2018), bunga mawar mengandung 75% citronellol dan geraniol yang memberikan efek relaksasi pada manusia secara fisik dan psikologis. Citronellol dan geraniol juga mengandung molekul volatil yang membawa senyawa aromatik yang merangsang daya ingat dan respon emosional, menciptakan suasana hati yang tenang, meredakan depresi dan nyeri haid, mengobati memar, dan dapat memperlancar aliran darah. Saat responden menghirup uap minyak esensial, aromanya memasuki saluran hidung danmenstimulasi sistem saraf otak, yang bertanggung jawab untuk mengatur emosi.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Melani 2013) bahwa penurunan tekanan darah terjadi karena linanol yang terkandung dalam minyak mawar yang dapat menenangkan saraf, meningkatkan sirkulasi darah, meredakan kemacetan jantung, dan menyembuhkan pembuluh darah kapiler. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Kalsum U. A , (2016), Ashar S (2018): yang menyatakan bahwa aromaterapi mawar dapat memperlancar sirkulasi darah dan menunjukkan bahwa efek aromaterapi mawar dapat menurunkan tekanan darah dan meningkatkan sirkulasi darah.

Hasil yang diperoleh pada penelitian ini juga didukung teori Ayu A.Setyawan (2016) menyatakan bahwa jika terapi relaksasi (aromaterapi mawar) berhasil dilaksanakan, maka secara teori tekanan darah pada pasien hipertensi dapat dikendalikan. Ayura (2016) juga menambahkan bahwa relaksasi aromaterapi mawar merupakan terapi non-obat yang dapat menurunkan tekanan darah. Aromaterapi dapat membantu meningkatkan relaksasi fisik, mental, dan spiritual, menciptakan suasana tenang, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan rasa nyaman.

Senyawa-senyawa dalam aromaterapi bunga mawar antara lain: molekul yang mudah menguap dilepaskan ke dalam sel melalui reseptor di hidung ketika partikelnya dihirup, partikel tersebut menempel pada silia hidung dankemudian dipindahkan ke sistem limbik melalui saluran penciuman. Hipotalamus, yang bertindak sebagai pengatur, akan mengirimkan rangsangan ke otak, kemudian diubah menjadi senyawa elektrokimia yang menciptakan perasaan tenang dan relaksasi. Efek relaksasinya meningkatkan sirkulasi darah dan menurunkan tekanan darah (Rossalim, 2018).

Berdasarkan uraian tersebut diatas dapat dilihat bahwa aromaterapi bunga mawar yang didalamnya terdapat kandungan linanol yang berpengaruh terhadap kelancaran sirkulasi darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi.

IV. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil literatur review dari 4 jurnal penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

a. Bahwa terdapat penurunan tekanan darah sistolik sebesar 12-37 mmHg setelah dilakukan aroma terapi bunga mawar. Sedangkan untuk tekanan darah diastolic terdapat penurunan sebesar 5-24 mmHg setelah dilakukan aroma terapi bunga mawar.
b. Seluruh literatur dari 4 jurnal yang direview menyatakan bahwa ada pengaruh aroma terapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi

4.2 Saran

a. Bagi tenaga kesehatan

Bagi tenaga kesehatan dapat menerapkan /mengaplikasikan aroma terapi bunga mawar

dalam upaya penuruan tekanan darah pada pasien hipertensi.

b. Bagi peneliti selanjutnya
Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya, serta perlu dilakukan penelitian lebih lanjut berdasarkan faktor lainnya, variabel berbeda dan juga lokasi yang berbeda.

V. DAFTAR PUSTAKA

Arya, A. (2019). Analisisi Praktik Klinik Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Intervensi Inovasi Murottal Al Quran dan Aroma Terapi Mawar pada Pasien Hipertensi Untuk Penurunan Tekanan Darah di Ruang IGD RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda.Ilmiah kesehata Kesehatan Keperawatan.

Ayu, A., Setyawan, D., & Widiyanto, B. (2016). Pengaruh Pemberian Slow Stroke Back Massage Dan Aromaterapi Mawar Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud H.Soewondo Kendal. Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK).

Dwi, R. (2017). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. Ilmiah Kesehatan.

Fauziah 2015 Pengaruh Aromaterapi Mawar (RoseDamascene) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien HipertensiWilayah Kerja Puskesmas Padang Pasir Kota Padang.

Kalsum. U. A & Mariza. A. . (2017). Pemberian aromaterapi bunga mawar terhadap penurunan tekanan darah pada wanita lanjut usia DI UPTD Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Lampung Selatan. Diunduh pada tanggal 15 April 2020. <file:///C:/Users/acer/Downloads/Pemberian_AromaterapiBunga_Mawar_terhadap_Penurun.pdf>.

Kemenkes RI. (2019). Direktorat pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menularDirektorat jenderal pencegahan dan pengendalian penyakit . Diunduh pada tanggal 15 April 2020. <http://p2ptm.kemkes.go.id/kegiatanp2ptm/pusat-/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikantekanan-darahmu-dengan-cerdik>.

Melani, dkk. (2013). Inhalasi Minyak Esensial Mawar (Rose) Untuk Menurunkan.

Nistain Kune (2022). Pengaruh Aroma Terapi Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

Ni Kadek Yuni Lestari (2022). Aroma Terapi Mawar Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer.

Rossalim, L. (2018). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Lansia di Posyandu Lansia Puskesmas Kota Ngawi. Idea Nursing Journal.

R Indriyani (2022). Repository Poltekkes Tasikmalaya.<http://repo.poltekkestasikmalaya.ac.id/599/14/BAB%201.pdf>

Wicaksono. (2015). Definisi Hipertensi diakses pada tanggal 20 April 2020. <http://hipertensi101.wikispaces.com/Definisi+Hipertensi>.

W. Wahyuni (2020). Menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi aroma terapi bunga mawar.

Yudha Mahendra (2021). Penerapan aroma terapi mawar terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.