

Pengaruh Aromaterapi Kenanga (*Cananga Odorata*) Menggunakan Humidifier Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi

The Effect of Ylang-ylang Aromatherapy (Cananga Odorata) Using Humidifiers on Lowering Blood Pressure in Hypertensive Patients

Maimun Tharida*¹, Riska Amalia², Riyan Mulfianda³

¹²³Program Studi Ilmu keperawatan, Universitas Abulyatama, Lampoh kede aceh besar

*Koresponding Penulis: ¹ maimuntharida@abulyatama.ac.id; ²

ameliariska12082000@gmail.com; ³ryanmulfiada@abulyatama.ac.id

Abstrak

Penyakit yang lebih dikenal sebagai tekanan darah tinggi merupakan faktor resiko utama dari perkembangan penyakit jantung dan stroke. Tanpa pengobatan, hipertensi dapat menimbulkan komplikasi seperti: kelumpuhan (stroke), infark miokard, gagal jantung kongesif, dan gagal ginjal terminal. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis juga pengobatan nonfarmakologis atau terapi alternatif diantaranya adalah dengan terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, terapi tawa, akupuntur, akupresur, aromaterapi, refleksiologi dan hidroterapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aromaterapi kenanga (*cananga odorata*) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimen* Rancangan penelitian ini adalah *one group pretest posttest design* tanpa menggunakan kelompok pembanding. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 13 s/d 26 Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini lansia dengan hipertensi yang berjumlah 30 orang. Pengumpulan data menggunakan data primer. Analisis menggunakan *wilcoxon*, teknik analisa univariat dan bivariat. Hasil penelitian diperoleh terdapat pengaruh tekanan darah antara sistolik ($p=0,000$) dan diastolik ($p=0,007$) ($<0,05$) setelah pemberian aroma terapi kenangan menggunakan humidifier. Kesimpulan terdapat aromaterapi kenanga (*cananga odorata*) menggunakan humidifier terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi, Aroma Terapi Kenanga, Humidifier

Abstract

The disease, better known as high blood pressure, is a major risk factor for the development of heart disease and stroke. Without treatment, hypertension can lead to complications such as paralysis (stroke), myocardial infarction, congestive heart failure, and terminal renal failure. Treatment of hypertension can be done pharmacologically as well as through non-pharmacological or alternative therapies, including herbal therapy, nutritional therapy, progressive relaxation, meditation, laughter therapy, acupuncture, acupressure, aromatherapy, reflexology, and hydrotherapy. This study aims to determine the effect of cananga aromatherapy (Cananga odorata) on lowering blood pressure in hypertensive patients. This type of research is quasi-scientific. This research design is a one-group pretest-posttest design without using a comparison group. Data collection was

carried out from June 13 to 26, 2023. The population in this study consisted of 30 elderly people with hypertension. Data collection using primary data Analysis using Wilcoxon, univariate, and bivariate analysis techniques. The results showed that there was a difference in blood pressure between systolic ($p=0.000$) and diastolic ($p = 0.007$) (<0.05) after giving the treatment.

Keywords: *Elderly, Hypertension, Cananga Therapy, Humidifier*

PENDAHULUAN

Penyakit yang lebih dikenal sebagai tekanan darah tinggi merupakan faktor resiko utama dari perkembangan penyakit jantung dan stroke Faktor yang dapat mempengaruhi hipertensi ada dua yaitu faktor yang dapat dikendalikan seperti obesitas, medikasi, gaya hidup, stres dan faktor yang tidak dapat terkendalikan seperti usia, riwayat keluarga, jenis kelamin. Tanpa pengobatan, hipertensi dapat menimbulkan komplikasi seperti: kelumpuhan (stroke), infark miokard, gagal jantung kongesif, dan gagal ginjal terminal (Hadibroto & Syamsir, 2016).

Menurut data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh Indonesia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016). Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 adalah hipertensi, dengan prevalensi 55,2% pada usia 55-64 tahun, 63,2% pada usia 65-74 tahun dan 69,5% pada usia >75 tahun. Menurut *American Heart Association* (AHA), penduduk Amerika yang berusia di atas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya (KemenkesRI, 2018).

Berdasarkan prevalensi hipertensi lansia di Indonesia sebesar 45,9% untuk umur 55-64 tahun, 57,6% umur 65-74 tahun dan 63,8% umur >75 tahun. Prevalensi di Indonesia berdasarkan pengukuran tekanan darah pada umur >18 tahun adalah sebesar 25,8%. Prevalensi tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%) (KemenkesRI, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinkes Kabupaten Aceh Besar capaian hipertensi pada Januari sampai dengan Desember 2022 adalah 33.271 jiwa. Angka kejadian terbanyak pertama pada puskesmas Darul Imarah dengan jumlah capaian 6.842 jiwa yang mengalami hipertensi, angka kejadian terbanyak kedua terdapat pada puskesmas Ingin Jaya dengan capaian 4.588 jiwa yang mengalami hipertensi. Adapun Puskesmas lainnya yaitu Lhoong, Lhoknga, Leupung, Inrapuri, Lampuuk, Kuta Cotglie, Ie alang, Seulimum, Lamteuba, Kota Jantho, Lembah Seulawah, Masjid Raya, Darussalam, Baitussalam, Kutabaro, Montasik, Piyeung, Blang Bintang, Krueng Barona Jaya, Sukamakmur, Kuta Malaka, Simpang Tiga, Darul Kamal, Peukan Bada, Lampisang, dan Pulo Aceh. Dengan jumlah capaian rata-rata 1.248 sampai dengan 2.941 jiwa yang mengalami hipertensi (Dinkes Aceh Besar, 2022).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis, obat-obatan hipertensi dapat berupa diuretik, betabloker, ACE inhibitor, angiotensin II receptor blocker, antagonis kalsium, vasodilator. Namun, pemakaian obat dalam jangka panjang bisa menyebabkan berbagai komplikasi, seperti terganggunya fungsi atau kerusakan organ otak, ginjal, jantung, dan mata. Selain pengobatan farmakologis ada juga pengobatan nonfarmakologis atau terapi alternatif diantaranya adalah dengan terapi herbal, terapi

nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, terapi tawa, akupuntur, akupresur, aromaterapi, refleksiologi dan hidroterapi (Agusta, 2016).

Aromaterapi merupakan suatu cara untuk menyembuhkan tingkat stress yang menggunakan minyak atau wangi-wangian dari suatu tumbuhan. Manfaat dari aroma terapi dapat menumbuhkan perasaan tenang (*rileks*) pada jasmani, pikiran, dan rohani (*soothing the physical, mind and spiritual*), dapat menciptakan suasana yang damai, serta dapat menjauhkan dari perasaan cemas dan gelisah (Siahaan, 2017).

Minyak kenanga efektif untuk menenangkan dan membuat perasaan menjadi rileks dengan sifatnya yang dapat memperlambat aliran napas dan denyut jantung yang terlalu cepat, minyak ini sangat membantu menurunkan tekanan darah. Kenanga mengandung asam bensoat, farnesol, geraniol, linalool, eugenol, safrol, kadinen dan pinen. Kandungan minyak kenanga samir sama dengan minyak lavender dimana kandungan linalool. Dengan adanya kandungan linaool maka minyak kenanga memiliki sifat sedatif dan analgesic. Efek farmakologi yang mempengaruhi fungsi tubuh untuk relaksasi dari minyak kenanga ini yaitu sebagai analgesik, sedatif, dan relaksan pada pembuluh darah aorta yang memiliki efek hipotensif. Bau-bauan tersebut mempengaruhi bagian otak yang berkaitan dengan mood (suasana hati), emosi, ingatan dan pembelajaran (Jaelani, 2015).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Simpang Tiga Aceh Besar melalui wawancara dengan tujuh pasien hipertensi didapatkan bahwa 2 orang mengatakan penyebab penyakit yang dideritanya disebabkan oleh gaya hidup yang kurang baik seperti sering begadang dan merokok sambil minum kopi di warung, 2 orang lainnya mengatakan sering mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak seperti daging sapi dan gorengan dan banyak mengkonsumsi garam ,kemudian 3 orang lainnya ketika ditanyakan tentang menggunakan aromaterapi kenanga mereka mengatakan belum pernah mendengar aromaterapi kenanga untuk menurunkan tekanan darah dan belum mencoba pengobatan dengan menggunakan aromaterapi kenanga.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Aroma Terapi Kenanga Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *quasy eksperiment*. Rancangan penelitian ini adalah *one group pretest postest design* tanpa menggunakan kelompok pembanding. Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 13 s/d 26 Juni di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Aceh Besar tepatnya di Desa Lamjamee Dayah dan desa Ateuk Monpanah mengingat kedua gampong memiliki angka tertinggi hipertensi.. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu sebanyak 30 lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Responden

No	Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Lansia Akhir (56 – 65 Tahun)	23	76,6
2.	Manula (> 65 Tahun)	7	23,4
No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)

1	Laki-Laki	10	33,3
2	Perempuan	20	66,7
No	Genetik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Ya	30	100
2	Tidak	0	0
No	Lama Sakit	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	<10 tahun	21	70
2	≥10 tahun	9	30
No	Konsumsi Obat	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Ya	3	10
2	Tidak	27	90
No	Kontrol Dalam 1 Bulan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	1	4	13,3
2	2	13	43,3
3	3	11	36,7
4	4	2	6,7
Jumlah		30	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui distribusi frekuensi umur responden yang terbanyak dalam kategori lansia akhir (56-65 tahun) sebanyak 23 responden (76,6%), sebagian besarnya berkelamin perempuan (66,7%) dan memiliki genetik mengalami hipertensi (100%). Sebagian besar responden menderita hipertensi <10 tahun yaitu sebanyak 21 responden (70%) dimana sebagian besarnya tidak mengkonsumsi obat hipertensi secara rutin yaitu sebanyak 27 responden (90%) dan melakukan pemeriksaan darah 2 kali dalam sebulan yaitu sebanyak 13 responden (43,3%).

Hasil Uji Normalitas

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Berdasarkan Variabel Penelitian

No	Keterangan	Sig
Sistole		
1	Pretest day I	0,000
2	Posttest day VII	0,000
Diastole		
1	Pretest day I	0,000
2	Posttest day VII	0,000

Sumber: Data Primer, 2023.

Dari tabel 4.2 menunjukkan bahwa pada sistole data menunjukkan nilai p value < 0,05 yang bermakna bahwa data berdistribusi tidak normal, sehingga pada kelompok intervensi menggunakan uji yang uji *wilcoxon test*. Sementara itu pada diastole terlihat bahwa nilai p value < 0,05 yang bermakna bahwa data berdistribusi tidak normal, sehingga pada diastole menggunakan uji *wilcoxon test*

Analisa Univariat

Tabel 3. Pengaruh Aromaterapi Kenanga (*Cananga Odorata*) Menggunakan Humidifier Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Aceh Besar Tahun 2022 (n=30)

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum
Sistole				
<i>Day I</i>	30	157	5,2	150
<i>Day VII</i>	30	123	7,1	110
Diastole				
<i>Day I</i>	30	89	8	80
<i>Day VII</i>	30	82	7,1	70

Sumber: Data Primer, 2023.

Analisis *descriptive statistic* diatas menunjukkan rata-rata tekanan systole darah pada hari I adalah 157 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah systole pada hari setelah diberikan intervensi pada hari ke VII adalah 123 mmHg. Ini menunjukkan ada selisih atau turun, begitu pula dengan standart deviasinya yang menunjukkan nilai yang lebih besar yaitu pada hari I 5,2 dan hari ke VII sebesar 7,1.

Rata-rata rata-rata tekanan dyastole darah pada hari I adalah 89 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah dyastole pada hari setelah diberikan intervensi pada hari ke VII adalah 82 mmHg. Ini menunjukkan ada selisih atau turun, begitu pula dengan standart deviasinya yang menunjukkan nilai yang lebih kecil yaitu pada hari I 8 dan hari ke VII sebesar 7,1.

Analisa Bivariat

1. Pengaruh Tekanan Darah Systole Hari I dan Hari VII

Tabel 4 Pengaruh Aromaterapi Kenanga (*Cananga Odorata*) Menggunakan Humidifier Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Aceh Besar Pada Tekanan Systole (n=30)

Tekanan Darah	N	Mean	SD (Min-max)	P-Value
<i>Day I</i>	30	157	5,2 (150-170)	0,000
<i>Day VII</i>	30	123	7,1 (110-140)	

Sumber: Data Primer, 2023.

Dari tabel 4.4 menunjukkan bahwa skor tekanan darah *systole Day I* didapatkan hasil nilai mean adalah 157 dengan standar deviasi 5,2 (150-170),

sedangkan *Day VII* memiliki nilai mean 123 dengan standar deviasi 7,1 (110-140). Adapun nilai *p value* adalah 0,001 yang bermakna bahwa terdapat pengaruh tekanan darah *systole*.

2. Pengaruh Tekanan Darah *Diastole* Hari I dan Hari VII

Tabel 4.5 Pengaruh Aromaterapi Kenanga (*Cananga Odorata*) Menggunakan Humidifier Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Aceh Besar Pada Tekanan *Dyastole* (n=30)

Tekanan Darah	N	Mean	SD (Min-max)	P-Value
<i>Day I</i>	30	89	8 (80-100)	0,007
<i>Day VII</i>	30	82	7,1 (70-90)	

Sumber: Data Primer, 2023.

Dari tabel 4.5 menunjukkan bahwa skor tekanan darah *systole Day I* didapatkan hasil nilai mean adalah 157 dengan standar deviasi 5,2 (150-170), sedangkan *Day VII* memiliki nilai mean 123 dengan standar deviasi 7,1 (110-140). Adapun nilai *p value* adalah 0,001 yang bermakna bahwa terdapat pengaruh tekanan darah *systole*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa terdapat pengaruh tekanan darah *systole* pada *Day I* dan *Day VII* dengan nilai *p value* adalah 0,000 dan terdapat pengaruh tekanan darah *dyastole* pada *Day I* dan *Day VII* dengan nilai *p value* adalah 0,007.

Penyakit pada lansia yang biasanya dijumpai dalam proses menua sebagian besar dikelompokkan menjadi beberapa jenis yaitu gangguan sirkulasi darah, gangguan metabolisme hormonal, gangguan persendian dan berbagai macam neoplasma. Gangguan pada sirkulasi darah, yaitu salah satunya penyakit *hipertensi* (Azizah, 2011).

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah, baik diastolik maupun sistolik. Hipertensi merupakan ancaman bagi kesehatan masyarakat karena berpotensi menimbulkan komplikasi seperti stroke. Peningkatan prevalensi hipertensi umumnya disebabkan oleh perubahan gaya hidup sehingga menyebabkan terjadinya pergeseran pola penyakit dari penyakit menular ke penyakit degeneratif kronis (Muslimah et al., 2023).

Untuk pemberian terapi *hipertensi* non farmakologi dengan pembatasan asupan garam dan natrium, serta upaya penurunan bobot badan merupakan langkah awal dalam pengobatan *hipertensi*, sedangkan terapi non farmakologis lainnya adalah berolahraga secara teratur, berhenti merokok, tidak minum minuman alkohol, menghindari stres dan obesitas (Potter & Perry, 2017).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis, obat-obatan hipertensi dapat berupa diuretik, betabloker, ACE inhibitor, angiotensin II receptor blocker, antagonis kalsium, vasodilator. Namun, pemakaian obat dalam jangka panjang bisa

menyebabkan berbagai komplikasi, seperti terganggunya fungsi atau kerusakan organ otak, ginjal, jantung, dan mata. Selain pengobatan farmakologis ada juga pengobatan nonfarmakologis atau terapi alternatif diantaranya adalah dengan terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, terapi tawa, akupuntur, akupresur, aromaterapi, refleksiologi dan hidroterapi (Agusta, 2016).

Aromaterapi merupakan suatu cara untuk menyembuhkan tingkat stress yang menggunakan minyak atau wangi-wangian dari suatu tumbuhan. Manfaat dari aroma terapi dapat menumbuhkan perasaan tenang (*rileks*) pada jasmani, pikiran, dan rohani (*soothing the physical, mind and spiritual*), dapat menciptakan suasana yang damai, serta dapat menjauhkan dari perasaan cemas dan gelisah (Siahaan, 2017).

Kenanga mengandung asam bensoat, farnesol, geraniol, linalool, bensin asetat, eugenol, safrol, kadinen dan pinen. Kandungan minyak kenanga hampir sama dengan minyak lavender dimana kandungan linalool, yang merupakan golongan dari alkohol memiliki konsentrasi yang cukup besar di dalam minyak atsirinya. Dengan adanya kandungan linalool maka minyak kenanga memiliki sifat sedatif dan analgesik. Kandungan lainnya yang cukup besar adalah kandungan seskuiterpenya. Efek farmakologi yang mempengaruhi fungsi tubuh untuk relaksasi dari minyak kenanga ini yaitu sebagai analgesik, sedatif, dan relaksan pada pembuluh darah aorta yang memiliki efek hipotensif (Siahaan, 2017).

Saat aromaterapi kenanga masuk melalui hidung, aroma akan diterima oleh cilia dalam hidung yang kemudian akan di kirim ke sistem limbic dalam bentuk impuls listrik. Impuls ini memberikan efek, dimana sistem ini yang menjadi pusat kontrol emosi, suasana hati (*mood*) dan memori, sehingga meningkatkan gelombang alfa dalam otak. Pengaturan ini membuat rileks dan dapat menurunkan aktifitas vasokonstriksi pembuluh darah, aliran darah menjadi lancar sehingga menurunkan tekanan darah (Shaleha, 2016).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum pemberian aromaterapi aqueous adalah 156,60 mmHg dan 92,40 mmHg. Tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian aqueous aromatherapy adalah 142,60 mmHg dan 81,80 mmHg. Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan adanya pengaruh tekanan darah antara sebelum dan sesudah aromaterapi {sistolik, $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) dan diastolik, $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$)} (Silalahi et al., 2020).

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian ini adalah aroma wangi pada kenanga mampu merespon syaraf pada otak sehingga membuat tubuh menjadi segar dan nyaman, stress berkurang dan pembuluh darah bekerja secara maksimal, memperlancar aliran darah ke jantung sehingga tekanan darah berangsur angsur stabil.

Tekanan darah diastolik dianggap tinggi jika melebihi 90 mmHg. Beberapa faktor yang menjadi kemungkinan penyebab tekanan darah diastolik tinggi, yaitu obat-obatan tertentu dapat berkontribusi menjadi penyebab tekanan darah diastolik tinggi, kondisi tubuh yang obesitas atau kegemukan sering dikaitkan dengan tekanan darah diastolik tinggi, gaya hidup yang kurang sehat, seperti jarang berolahraga atau melakukan aktivitas fisik, dapat menjadi penyebab berbagai masalah kesehatan, termasuk tekanan darah diastolik tinggi dan pola makan yang tinggi garam. Hal ini sulit dikontrol dengan terapi non farmakologis sehingga menyebabkan diastolic lebih kecil perubahannya jika dibandingkan dengan sistolik.

Dalam penelitian ini terdapat pengaruh rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolic penderita hipertensi biasanya mengalami gangguan tidur karena perasaan nyeri paa area tengkuk maupun kepala. Gangguan tidur pada lansia diantaranya kesulitan ingin tidur, kesulitan untuk mempertahankan tidur nyenyak dan bangun terlalu pagi.

Aroma terapi kenanga memberika rasa rileksasi yang dapat menenangkan saraf yang berdampak positif pada tekanan darah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang pengaruh aromaterapi kenanga (*cananga odorata*) menggunakan humidifier terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja PUSKESMAS Simpang Tiga Aceh Besar yang dilakukan pada tanggal 13 sampai dengan 26 Juni 2023 maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Nilai rata-rata tekanan darah sebelum memulai penelitian (*Day I*) pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja PUSKESMAS Simpang Tiga Aceh Besar Tahun 2023 adalah 157 pada kelompok intervensi dengan SD 5,1 (150-170)
2. Nilai rata-rata tekanan darah setelah memulai penelitian (*Day VII*) pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja PUSKESMAS Simpang Tiga Aceh Besar Tahun 2023 adalah 123 pada kelompok intervensi dengan SD 7,1 (110-140)
3. Ada pengaruh yang signifikan antara aromaterapi kenanga (*cananga odorata*) menggunakan humidifier terhadap penurunan tekanan darah systole pada penderita hipertensi yaitu dengan nilai $p\ value = 0,000 < \alpha (0,05)$
4. Ada pengaruh yang signifikan antara aromaterapi kenanga (*cananga odorata*) menggunakan humidifier terhadap penurunan tekanan darah dyastole pada penderita hipertensi yaitu dengan nilai $p\ value = 0,007 < \alpha (0,05)$

SARAN

1. Diharapkan kepada lansia untuk dapat membangun komunikasi yang baik dengan keluarga sehingga dapat bekerja sama untuk melakukan terapi aroma kenanga, sebagai salah satu upaya untuk meringankan kondisi penyakitnya.
2. Diharapkan kepada tempat penelitian untuk dapat bekerja sama dengan pihak Puskesmas untuk membuat pelatihan aroma terapi kenanga bagi keluarga yang memiliki anggota keluarga ataupun penderita hipertensi.
3. Hasil penelitian ini disarankan dapat memberikan ilmu pengetahuan dan menambah informasi bagi perkembangan ilmu keperawatan khususnya mengenai keterkaitan efektifitas aroma terapi kenanga terhadap perubahan tekanan darah.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Diharapkan kepada peneliti lain untuk melakukan penelitian selanjutnya khususnya yang berkenaan dengan upaya menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, dengan cara mengambil variabel yang berbeda, sampel yang lebih besar, instrumen dan jenis penelitian yang lebih mendalam.
 - b. Perlu adanya control yang baik pada responden terutama untuk mengontrol diastolic.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, A. (2016). *Aromaterapi Cara Sehat Dengan Wewangian Alami*. Cetakan 2. PT. Penebar Swadaya.
- Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Graha Ilmu.
- DinkesAcehBesar. (2022). *Data Hipertensi*. Dinkes Aceh Besar.

- Hadibroto, I., & Syamsir, A. (2016). Seluk Beluk Pengobatan Alternatif Dan Komplementer. *Jakarta: Bhuana Ilmu Populer*, 3(4).
- Jaelani. (2015). *Aromaterapi*. Pustaka Populer Obor.
- KemendesRI. (2018). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Balitbangkes Kemendes RI. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>
- Muslimah, K., Tharida, M., & Dezreza, N. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kecamatan Kuta Alam. *JOURNAL OF Healthcare Technology And Medicine*, 9(1), 447–463.
- Potter, & Perry. (2017). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. 4th ed. EGC.
- Shaleha, D. (2016). Pengaruh pemberian aromaterapi minyak kenanga terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Sebus Kecamatan Paloh Kabupaten Sambas. *ProNers*, 3(1).
- Siahaan, R. S. N. (2017). *Efektifitas campuran Minyak Esensial Indonesia: Sereh Wangi, Kenanga, dan Nilam terhadap relaksasi secara inhalasi: suatu uji klinis pada wanita sehat yang memiliki risiko stress= Effectiveness of Indonesian Essential Oil Blend: Sereh Wangi, Kenanga, and .*
- Silalahi, K. L., Siregar, P. S., & Ariga, F. (2020). Pengaruh Aromaterapi Kenanga (Cananga Odorata) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(2), 101–108.
- Yonata. (2016). Hipertensi sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Jurnal Keperawatan*, 5 (3).