

ABSTRAK

Penyakit hipertensi disebut sebagai “*silent killer*” karena pada sebagian besar kasus penderita hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan suatu gangguan atau gejala. Upaya alternatif untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan pemberian aromaterapi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh aromaterapi terhadap penurunan tekanan darah.

Desain penelitian ini *Quasy-Experiment* dengan populasinya seluruh penderita hipertensi primer di Desa Candi Negoro Wonoayu Sidoarjo. Besar sampel 34 responden diambil dengan teknik *total sampling*. Variabel independent dalam penelitian ini adalah aromaterapi dan variabel dependent adalah penurunan tekanan darah. Instrumen yang digunakan lembar kuisioner, *sphygmomanometer*, *stethoscope*, dan lembar observasi nilai tekanan darah. Data dianalisis dengan uji *Independent T-test* dengan kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian pada kelompok perlakuan sebelum diberikan aromaterapi didapatkan rata-rata TDS 155,00 mmHg dan TDD 97,65 mmHg. Pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata TDS 150,29 mmHg dan TDD 96,76 mmHg. Setelah intervensi kelompok perlakuan didapatkan nilai rata-rata TDS 142,35 mmHg dan TDD 89,12 mmHg, pada kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata TDS 151,76 mmHg dan TDD 95,29 mmHg. Analisa uji *Independent t-test* didapatkan pada TDS nilai $p=0,001$ dan TDD nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$, sehingga H_0 ditolak artinya ada pengaruh aromaterapi terhadap penurunan tekanan darah.

Aromaterapi dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penderita hipertensi dapat menerapkan secara rutin tanpa menggunakan medikasi dari dokter.

Kata Kunci: Hipertensi, Aromaterapi, Tekanan darah