

ABSTRAK

Risqi Gunanto¹, Dafid Arifiyanto²

Pengaruh Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat dengan Aroma Lavender terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni I

Latar belakang: Salah satu pengobatan non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi hipertensi adalah melakukan rendam kaki menggunakan air hangat dan aroma lavender dampak fisiologi pada tubuh dimana hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar. Selain itu, aroma lavender dapat memberikan manfaat lainnya seperti membantu meningkatkan mood dan melancarkan sirkulasi darah. Pada saat aroma lavender dihisap, zat aktif yang terdapat di dalamnya akan merangsang hipotalamus (kelenjar hipofise) untuk mengeluarkan endorfin diketahui zat yang menimbulkan rasa relaks dan bahagia. Di samping itu zat aktif berupa linalool dan linalyl acetate yang terdapat dalam lavender.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi rendam kaki air hangat dengan aroma lavender terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni I Kabupaten Pekalongan.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Quasy Experiment*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *convenience sampling* jumlah sampel sebanyak 30 responden yang terdiri dari 15 kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol.

Hasil: Pengaruh terapi rendam kaki air hangat dengan aroma lavender pada kelompok intervensi dengan menggunakan uji t-dependent diperoleh hasil tekanan darah sistole *p-value* nya 0,001. Diastole untuk pre test dan post test dengan *p-value* nya 0,001 yang artinya pada sistole dan diastole kelompok intervensi memiliki nilai nilai *p value* $\leq 0,05$ yang berarti ada pengaruh pada kelompok intervensi. Hasil uji t-independent pada kedua kelompok diperoleh *p-value* 0,001 pada tekanan darah sistole dan 0,001 pada tekanan darah diastole ($p \leq 0,05$) yang berarti ada perbedaan penurunan tekanan darah pada 2 kelompok.

Simpulan: Terapi rendam kaki air hangat dengan aroma lavender mampu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni I.

Kata Kunci : Terapi rendam kaki air hangat; aroma lavender, tekanan darah, hipertensi

Daftar Pustaka : 44 (2013-2023)