

**PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI RS BHAYANGKARA  
BONDOWOSO**

**KARYA ILMIAH AKHIR  
NERS**



**Disusun Oleh :**

Hamidatul Fitriyah, S.Kep  
25101189

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

**PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN  
HIPERTENSI DI RS BHAYANGKARA  
BONDOWOSO**

**KARYA ILMIAH AKHIR  
NERS**

Diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan di Program Studi Profesi Ners dan Mencapai Gelar  
Ners (Ns)



**Disusun Oleh :**

Hamidatul Fitriyah, S.Kep  
25101189

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN IPERTENSI  
DI RS BHAYANGKARA BONDOWOSO**

**ILMIAH AKHIR NERS**

**Disusun Oleh:**

**Hamidatul Fitriyah, S.Kep**

**NIM. 25101189**

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam ujian sidang karya ilmiah akhir ners pada tanggal 09 Bulan 01 Tahun 2025 dan telah diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk meraih gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

**DEWAN PENGUJI**

Penguji 1 Andi Eka Pranata, S.ST., S.Kep., Ns., M.Kes  
NIDN. 0722098602



Penguji 2 Bobby Prastika TS, S.Kep., Ns  
NIT. 6442231214108

( )



Penguji 3 Dr Yugi Hari Chandra Purnama, S.Kep.,Ns.,M.Si  
NIDN. 0708079002

( )  


Ketua Program Studi Profesi Ners

Ketua,



**Emi Eliya Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep**

**NIK. 19870220 201601 2 102**

## ABSTRAK

### PENERAPAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RS BHAYANGKARA BONDOWOSO

Hamidatul Fitriyah\*, Yugi Hari Chandra Purnama \*\*

Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember,  
email [info@uds.ac.id](mailto:info@uds.ac.id)

\*Korespondensi Penulis : [hamidatulfitriyah35@gmail.com](mailto:hamidatulfitriyah35@gmail.com)

\*\*Korespondensi Penulis : [@uds.ac.id](mailto:@uds.ac.id)

#### Abstrak :

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menyerang semua kalangan. Hipertensi ini sering di sebut dengan "the silent killer". Aromaterapi lavender terbukti efektif sebagai terapi non farmakologi pendamping obat antihipertensi untuk menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian untuk mengeksplorasi pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah. Metode *Case study* dengan pendekatan proses asuhan keperawatan, yang melibatkan dua responden yang mengalami hipertensi. Instrumen penelitian terdiri dari lembar observasi, tensimeter, diffuser, dan essential oil by white essential. Dari hasil pemberian intervensi selama 3 hari. Pemberian dilakukan 1x per hari pukul 20.00. Diffuser diletakkan didekat pasien. Didapatkan penurunan tekanan darah sistol penurunan rata-rata 10 mmHg serta diastole 10-20 mmHg perhari. Dari hasil penelitian pemberian aromaterapi lavender efektif sebagai intervensi pendukung terhadap penurunan tekanan darah, selain dengan obat-obatan anti hipertensi. Aroma lavender yang terhirup merangsang sistem limbik di otak, meningkatkan aktivitas sistem saraf parasimpatis yang menetralkan respons stres simpatis. Efek ini mengurangi stres, menciptakan rasa tenang. Relaksasi otot & pembuluh darah senyawa aktif seperti *linalool* dan *linalyl acetate* melemaskan otot-otot tegang dan merangsang vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah), sehingga mengurangi resistensi pembuluh darah. Kombinasi relaksasi saraf dan vasodilatasi dapat menurunkan tekanan darah. Teknik aromaterapi lavender dapat menjadi intervensi keperawatan untuk menurunkan tekanan.

**Kata kunci :** Aroma terapi lavender, Hipertensi

\*Peneliti

\*\*Pembimbing

## ABSTRACT

### **THE APPLICATION OF LAVENDER AROMATHERAPY ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS AT BHAYANGKARA HOSPITAL BONDOWOSO**

**Hamidatul Fitriyah\*, Yugi Hari Chandra Purnama \*\***

*Nursing Professional Study Program, Faculty of Health Sciences, Dr. Soebandi University Jember,  
email [info@uds.ac.id](mailto:info@uds.ac.id)*

*\*Corresponding Author: [hamidatulfitriyah35@gmail.com](mailto:hamidatulfitriyah35@gmail.com)*

*\*\*Corresponding author: @uds.ac.id*

**Received:**

**Accepted:**

**Published:**

#### **Abstract :**

*Hypertension is a disease that can affect anyone. This hypertension is often called "the silent killer." Lavender aromatherapy has been proven effective as a non-pharmacological therapy accompanying antihypertensive drugs to lower blood pressure. The purpose of this study was to explore the effect of lavender aromatherapy on lowering blood pressure. The case study method with a nursing care process approach involved two respondents with hypertension. The research instruments consisted of an observation sheet, a sphygmomanometer, a diffuser, and essential oil by white essential. The results of the intervention were obtained for 3 days. Administration was carried out once per day at 8:00 PM. The diffuser was placed near the patient. An average decrease in systolic blood pressure was found by 10 mmHg and diastolic blood pressure by 10-20 mmHg per day. The results of this study indicate that lavender aromatherapy is effective as a supporting intervention for lowering blood pressure, in addition to antihypertensive drugs. The inhaled lavender aroma stimulates the limbic system in the brain, increasing the activity of the parasympathetic nervous system, which neutralizes the sympathetic stress response. This effect reduces stress and creates a sense of calm. Muscle and blood vessel relaxation: Active compounds such as linalool and linalyl acetate relax tense muscles and stimulate vasodilation (widening of blood vessels), thereby reducing vascular resistance. The combination of nerve relaxation and vasodilation can lower blood pressure. Lavender aromatherapy techniques can be a nursing intervention to reduce pressure.*

**Keywords :** *Aromatherapy lavender, Hipertension*

*\*Researcher*

*\*\*Supervisor*