

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah meningkat secara kronik tanpa gejala (Harnani & Axmalia, 2017). Tekanan darah tinggi disebut *the silent killer* karena termasuk penyakit yang mematikan. Penyakit hipertensi dapat menyerang siapa saja baik muda ataupun tua (Astutik & Mariyam, 2021). Peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi dapat mengakibatkan gejala lanjut ke suatu organ seperti stroke (untuk otak), dan penyakit jantung koroner (untuk pembuluh darah jantung). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi seperti gagal jantung, stroke, aneurisma, masalah pada mata, ginjal dan sindrom metabolik hingga kematian (Ulinuha, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di dunia sebesar 22% dari total jumlah penduduk di dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi tertinggi sebesar 27%. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 diantara 5 orang perempuan seluruh dunia memiliki hipertensi (Kemenkes, 2019). Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, melalui diagnosis oleh tenaga kesehatan sebesar 8,4%, dan yang didiagnosis sedang minum obat sebesar 88% (Riskesdas, 2018). Prevalensi hipertensi dalam usia 25-60 tahun data di Kalimantan Tengah pada tahun 2021 sebanyak 32.729 kasus lama dan 1.124 kasus baru per tahun (Dinas Kesehatan Kalteng, 2021). Menurut data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kotawaring Barat pada tahun 2021 penderita Hipertensi berjumlah 12.726 kasus, sedangkan pada tahun 2022 sebanyak 10.372 jiwa dibulan terakhir Oktober (Dinkes Kobar, 2022).

Upaya yang dapat dilakukan dalam pengobatan hipertensi adalah terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis (Untalri, 2018). Terapi farmakologi adalah pengobatan yang menggunakan obat atau senyawa

dalam kerjanya dapat mempengaruhi tekanan darah pasien. Terapi farmakologi dapat menurunkan tekanan darah tinggi namun pengobatan ini juga mempunyai efek samping jika dikonsumsi dalam waktu lama seperti sakit kepala, lemas, pusing, gangguan fungsi hati, jantung berdebar-debar dan mual (Lalage, 2019). Selain terapi farmakologis ada juga terapi non-farmakologis yang sering menjadi alternatif untuk mengontrol tekanan darah, dan perawatan non-farmakologis ini dapat digunakan selain terapi farmakologis. Perawatan non-farmakologis adalah termasuk diet rendah garam/kolesterol/lemak jenuh, olahraga, modifikasi diet, dan berlatih teknik relaksasi (Lestari et al., 2022). Terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan memodifikasi gaya hidup, seperti; hidroterapi (rendam kaki air hangat), aromaterapi (bunga mawar), relaksasi, imajinasi, yoga, meditasi, terapi musik, terapi tertawa dan terapi hipnosis.

Salah satu terapi non farmakologi yang efektif menurunkan tekanan darah pasien hipertensi adalah rendam kaki air hangat dan aromaterapi bunga mawar. Pemberian hidroterapi rendam kaki air hangat efektif menurunkan tekanan darah karena manfaat yang diberikan oleh hidroterapi rendam kaki dengan air hangat dapat melancarkan peredaran darah (Ulinuha, 2018). Hidroterapi pada dasarnya adalah metode dengan menggunakan terapi rendam kaki air hangat yang bisa dilakukan di rumah. Air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh sehingga rendam kaki air hangat dapat digunakan sebagai salah satu terapi yang dapat melancarkan peredaran darah keseluruhan tubuh (Blood, 2017). Rendam kaki air hangat adalah dengan menggunakan air hangat diharapkan akan terjadi perpindahan panas dari air hangat ke tubuh sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah sehingga terdapat banyak oksigen masuk ke jaringan tubuh manusia dan membuat seseorang merasa rileks (Umah.K, 2014).

Terapi non-farmakologi lainnya yang efektif menurunkan tekanan darah yaitu aromaterapi. Aromaterapi adalah merupakan salah satu cara untuk menyembuhkan suatu penyakit yang menghirup uap minyak atau wangi-wangian dari suatu tumbuhan. Salah satu tumbuhan yang memiliki

fungsi sebagai aromaterapi adalah bunga mawar. Pada saat aromaterapi mawar dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aroma yang akan merangsangkan memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah (Mariza & Kalsum, 2017). Aromaterapi efektif untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Aromaterapi merupakan suatu cara perawatan tubuh dan atau penyembuhan penyakit dengan menggunakan minyak esensial (essential oil). Essential oil ini akan menghasilkan bau atau aroma yang wangi karena mudah sekali menguap. Dengan begitu, aroma yang muncul dapat memberikan kenyamanan, atau memperbaiki kondisi kesehatan orang yang menciumnya (Wulan & Wafiyah, 2018).

Aromaterapi bunga mawar dapat digunakan untuk menenangkan pikiran sebagai aromaterapi, selain itu bunga mawar juga dapat membantu memerangi depresi dan kecemasan yang berdampak pada gangguan tidur, dapat memperkuat saluran pencernaan, serta dapat membantu membersihkan limbah beracun yang berada di saluran kemih, dapat mengontrol keseimbangan produksi hormon serta memperlancar sirkulasi darah hingga memperlambat risiko penyakit jantung, sakit kepala, gangguan tekanan darah dan lain-lain. Saat aromaterapi mawar dihirup, molekul yang mudah menguap akan membawa unsur aromatik yang akan merangsang memori dan respon emosional yang menyebabkan perasaan tenang dan rileks serta dapat memperlancar aliran darah (Saparudin et al., 2020).

Menurut (Blood, 2017) bahwa terjadi penurunan tekanan darah setelah diberikan intervensi rendam kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, dapat memperbaiki mikrosirkulasi pembuluh darah dan vasodilatasi serta menghasilkan energi kalor yang bersifat mendilatasi pembuluh darah serta dapat merangsang saraf pada kaki mengaktifkan saraf *parasimpatis*. Menurut (Winardiyanto, 2020) ditemukan bahwa adanya pengaruh pemberian aromaterapi mawar terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Genukharjo Kabupaten Wonogiri. terdapat kandungan bahan kimia dalam minyak atsiri bunga mawar akan mengaktifkan silia-silia dari sel-sel

reseptor ke puncak hidung. Menghirup aromaterapi mawar akan merangsang memori dan respon emosional menimbulkan perasaan tenang dan rileks, memperlancar aliran darah sehingga tekanan darah juga mengalami penurunan. Menurut (Mariza & Kalsum, 2017) bahwa pemberian aromaterapi mampu menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi, aromaterapi mawar memiliki aroma khas dengan kandungan senyawa kimia yang akan diterima oleh saraf penciuman sebagai teknik relaksasi yang bisa melancarkan sirkulasi darah, mengurangi sakit kepala dan membantu menstabilkan tekanan darah. (Lestari et al., 2022). Menurut (Wulan & Wafiyah, 2018) penderita hipertensi membutuhkan perubahan gaya hidup yang sulit dilakukan dalam jangka pendek, dan diri sendiri merupakan faktor yang menentukan bagi kesembuhan penderita hipertensi.

Berdasarkan penelitian di atas tentang hidroterapi dan aromaterapi terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi, hidroterapi rendam kaki menggunakan air hangat yang dilakukan secara rutin dapat terjadi perubahan tekanan darah, karena efek dari rendam kaki menggunakan air hangat yang menghasilkan energi kalor yang bersifat melancarkan peredaran darah dan juga merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf parasimpatis, sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah kemudian dari Menghirup aromaterapi bunga mawar akan meningkatkan gelombang alfa dalam otak dan gelombang inilah yang membantu kita untuk rileks, hal tersebut dapat menurunkan aktivitas vasokonstriksi pembuluh darah, aliran darah sehingga menurunkan tekanan darah. Dari dua mekanisme hidroterapi dan aromaterapi sama-sama efektif untuk penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga penelitian ingin mendapatkan hasil yang lebih maksimal dengan mengkombinasikan hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar agar penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi lebih efektif.

Berdasarkan permasalahan dan kronologi di atas dan berdasarkan survey data yang diperoleh penderita hipertensi tertinggi nomor 2 yaitu 358 jiwa di tahun 2022 di Puskesmas Arut Selatan, dan orang yang menderita hipertensi 2 bulan terakhir berjumlah 55 orang. Dilakukan Studi

Pendahuluan di Wilayah Kerja Puskesmas Arut selatan dengan melakukan wawancara pada 10 orang yang menderita hipertensi didapatkan hasil 8 orang bila tekanan darah meningkat dan nyeri kepala muncul mengatasinya dengan minum obat, dan 2 orang lainnya lebih memilih tidur bila tekanan darah meningkat dan nyeri kepala muncul. Oleh sebab itu peneliti melakukan penelitian tentang “Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dan Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan Kabupaten Kotawaringin Barat”

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh kombinasi pemberian hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi ”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah ini adalah “apakah ada Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum pemberian kombinasi hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar pada penderita hipertensi
- b. Mengidentifikasi tekanan darah setelah pemberian kombinasi hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar pada penderita hipertensi
- c. Menganalisis Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan Aromaterapi Bunga Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan dapat dijadikan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan Hidroterapi (rendam kaki air hangat), Aromaterapi (bunga mawar), Tekanan Darah dan Hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi pasien

Diharapkan diterapkan oleh pasien terapi non farmakologi pengaruh pemberian kombinasi hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar terhadap perubahan tekan darah pada Penderita Hipertensi.

b. Bagi pelayanan Kesehatan

Diharapkan hidroterapi dan aromaterapi dapat dijadikan sebagai masukan bagi pelayanan kesehatan guna sebagai upaya menurunkan tekanan darah dan meningkatkan pelayanan kesehatan terutama bagi pasien Hipertensi.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya terkait tinjauan teori variabel hipertensi, hidroterapi, aromaterapi, dan tekanan darah

E. Relevansi Penelitian

Tabel 1.1 Revansi Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1	Dewi Siti Oktavianti* , Putri Dwi Insani (2022)	Penurunan tekanan darah dengan penerapan terapi rendam kaki air hangat pada hipertensi	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain <i>quasi experiment</i> . Intervensi yang diberikan yaitu terapi rendam kaki air hangat dengan suhu 39°C-40°C, yang dilakukan selama 7 kali selama 2 minggu dalam waktu 15 menit.	Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 20 responden didapatkan mayoritas responden dengan usia (55-65) sebanyak 10 responden (50.0%)	Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel independen : Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi, durasi dan lama dilakukannya.
2	Dindi Paizer & Ria Dila Syahpitri (2020)	Terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi	Penelitian ini menggunakan metode desain <i>quasi experiment</i> Intervensi yang dilakukan pada penelitian ini adalah hidroterapi rendam kaki menggunakan air hangat selama 15 menit dengan suhu 39°C yang di lakukan pada bagian bawah lutut sampai mata kaki selama 7 hari	Hasil penelitian studi literature ini disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel/ hasil penelitian yang relevan dengan topik/ masalah Pemberian terapi kompres dingin terhadap intensitas nyeri pada pasienfraktur tertutup.	Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel independen : Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi, durasi dan lama dilakukannya. Metode penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan desain <i>quasi experiment</i> sedangkan peneliti yang akan direncanakan meneliti dengan metode kuantitatif dengan desain <i>quasi experiment</i> .

No	Nama Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
3	Reni Anisa ¹ , Lilis Lismayanti ² (2020)	Pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa Saguling Sumber Jaya RT/RW 003/009 kota Tasikmalaya	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain <i>quasi experiment</i> . 1) Persiapkan 1 baskom atau ember, yang memungkinkan dapat merendam kaki secara leluasa kemudian duduklah diatas kursi. 2) Air hangat dengan suhu 39 derajat Celsius 3)Isilah baskom atau ember dengan air hangat kira-kira setinggi mata kaki. 4)Merendam kaki selama 20-30 dalam air hangat, dalam baskom atau ember tidak boleh didiamkan tetapi, harus berusaha menggerak-gerakan jari-jari kakinya intervensi ini rutin dilakukan setiap pagi dan sore. Selama 3 hari	Dari hasil asuhan keperawatan yang dilakukan selama 3 hari setiap pagi dan sore pada hari pertama belum terjadi penurunan tekanan darah dikarenakan waktu pemberian intervensi pada pagi hari selama dilakukan intervensi masih kurang sehingga hasilnya belum maksimal. Setelah dilakukan rutin pada hari kedua dan ketiga dengan penambahan waktu selama 30 menit baru adanya penurunan yang maksimal dalam terapi rendam kaki air hangat ini	Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel independen : Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi.
4	W Wahyuni*, Siti Fatmawati, Ika Silvitasari (2020)	Menurunkan tekanan darah pada pasien	Penelitian ini menggunakan metode Jenis penelitian kuantitatif dengan desain	Hasil analisa data diketahui bahwa frekuensi tingkat hipertensi sebelum diberi	Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel independen : Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan

No	Nama Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
		hipertensi dengan aroma terapi bunga mawar	<i>Quasy experimental</i> design dan metode <i>one group pre and post test</i> design pasien diminta menghirup aroma <i>esensial rose</i> selama 10 menit. Alat yang digunakan Tungku aromaterapi, Berikan aromaterapi mawar sebanyak 3 tetes, dilakukan selama 3 kali 7 hari	intervensi terapi aromaterapi bunga mawar dari 20 responden pasien hipertensi, sebagian besar responden mengalami hipertensi ringan sebanyak 14 responden (70%)	Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi, durasi dan lama dilakukannya.
5	Irma M. Yahyaa , Kristine Daredab , Musdhalifa Kilianc (2020)	Pengaruh pemberian aroma terapi bunga mawar terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas kombos kota manado	Penelitian ini menggunakan metode penelitian ini, jenis yang digunakan adalah penelitian Pra eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah <i>one group pre test-post test</i> design, diminta menghirup aroma <i>esensial rose</i> selama 20 - 30 menit. Dilakukan selama 3	Hasil penelitian diperoleh bahwa sebelum pemberian aroma terapi bunga mawar didapatkan rata-rata tekanan darah yaitu 151/90 mmHg. Setelah pemberian aroma terapi bunga mengalami penurunan rata-rata tekanan darah yaitu 136/81 mmHg. Data di uji dengan <i>wilcoxon sign test</i> . Dengan hasil nilai $p\text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$	Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel independen : Pengaruh Kombinasi Pemberian Hidroterapi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Hipertensi.

No	Nama Peneliti	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
			hari Alat yang digunakan Tungku aromaterapi, Berikan aromaterapi mawar sebanyak 3 tetes	dengan demikian H0 ditolak dan H1 diterima.	

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Klasifikasi tekanan darah pada pasien sebelum dilakukan terapi kombinasi hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar pada kelompok intervensi dan tekanan darah sebelum minum obat antihipertensi pada kelompok kontrol memiliki tekanan darah sistolik dan diastolik dengan status hipertensi stadium I dan hipertensi stadium II.
2. Klasifikasi tekanan darah pada pasien sesudah dilakukan terapi kombinasi hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar pada kelompok intervensi dan tekanan darah sesudah minum obat antihipertensi pada kelompok kontrol memiliki tekanan darah sistolik dan diastolik dengan status normal, pra hipertensi, hipertensi stadium I dan hipertensi stadium II.
3. Ada pengaruh hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan Kabupaten Kotawaringin Barat.

B. Saran

1. Bagi Institusi
Penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan sebagai bahan pembelajaran atau referensi bagi mahasiswa dan dosen terkait variabel Hidroterapi (rendam kaki air hangat), Aromaterapi (bunga mawar), Tekanan Darah dan Hipertensi.
2. Bagi Pasien
Diharapkan penelitian ini dapat digunakan oleh pasien hipertensi dan dapat dijadikan sebagai terapi komplementer pelengkap terapi farmakologi untuk mengatasi tekanan darah.
3. Bagi Tenaga Kesehatan
Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan pelayanan kesehatan dalam manajemen tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, direkomendasikan agar mampu mengontrol pola diet, mengontrol aktivitas responden selama penelitian, dan menambah hari perlakuan tindakan hidroterapi dan aromaterapi bunga mawar.

DAFTAR PUSTAKA

- AHA. (2017). *Journal of the American College of Cardiology . Klasifikasi*, 1.
- Anggraini, A. D., Waren, A., Situmorang, E., Asputra, H., & Siahaan, S. S. (2009). Faktor-- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Yang Berobat Di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode Januari Sampai Juni 2008. *Universitas Riau*.
- Anies, A. (2018). *Penyakit Degeneratif. Ar-Ruzz Medika: Yogyakarta*.
- Arafah, S., & Takalar, S. T. P. (2019). Pengaruh rendam kaki dengan menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pattallassang Kab. *Talakar. J Media Keperawatan Politek Kesehat Makassar*, 10(2).
- Arafah, S., Tanawali, S., & Takalar, P. (2019). The Effect Of Heat Water Foot Therapy On Reduction Of Blood Pressure On Hypertension At Pattallassang Public Health Centre Takalar. In *Politeknik Kesehatan Makassar* (Vol. 10, Issue 02).
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Praktek Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta*.
- Astutik, M. F., & Mariyam, M. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Menggunakan Terapi Rendam Kaki Dengan Air Hangat. *Ners Muda*, 2(1), 54.
- Bell, K., Twigg, J., Olin, B. R., & Date, I. R. (2015). Hypertension: the silent killer: updated JNC-8 guideline recommendations. *Alabama Pharmacy Association*, 334, 4222.
- Blood, T. R. (2017). *Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Efektif Menurunkan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia*.
- Damayanti, D. (2014). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Hidroterapi Rendam Hangat Pada Penderita Hipertensi Di Desa Kebondalem Kecamatan Jambu Kabupaten Semarang. *Semarang: Jurnal STIKES Ngudi Waluyo Ungaran*, 5(10).
- Dharma, K. K. (2015). Metodologi Penelitian Keperawatan (Panduan Melaksanakan Dan Menerapkan Hasil Penlitian. *Jakarta: Trans Info Media.*, 03, 98–180.
- Dinas Kesehatan Kalteng. (2021). *Data Kasus Penyakit Hipertensi Di Kalimantan Tengah. Data Kesehatan*.
- Dinkes Kobar. (2022). *Data Kasus Penyakit Hipertensi Di Kotawaring Barat. Data Kasus Hipertensi*.
- Eflina Devita Sabon (1) Niken Dyahariesty (2). (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Penggunaan Obat Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Pasir Panjang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 04, 09–179.
- Ferayanti, N. M., Erwanto, R., & Sucipto, A. (2017). Efektivitas Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tekanan Darah. *J Keperawatan Dan Pemikir Ilm*, 3, 38–45.

- Harnani, Y., & Axmalia, A. (2017). Soak feet warm water therapy effective to reduce blood pressure in the elderly. *Jurnal Kesehatan Komunitas/Journal of Community Health*, 3(4), 129–132.
- Hastuti, A. P., & Kep, M. (2020). *Hipertensi*. Penerbit Lakeisha.
- Irmaoktaviani. (2018). Pengaruh Relaksasi Aromaterapi Mawar Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojopanggung Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 07, 40–105.
- Ismaeel, A. A. E. (2011). Cigarette Smoking And Hypertension: Any Causal Relationship. *Journal of Techniques*, 24(7).
- Jurnal, H., Yahya, I. M., Dareda, K., & Kilian, M. (2020). *Jurnal Keperawatan Sisthana Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Bunga Mawar Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Kombos Kota Manado The Effect Of Scent Giving Rose Therapy On Blood Pressure In Hypertensive Patients In The Kombos Health Center Of Manado City*. 5(1).
- Kadek, N., Lestari, Y., Gede, N. L., Yanti, P., Wayan, I., Yudi, G., Program, W., Keperawatan, S., Sarjana, P., Wira, S., Bali, M., Kecak, J., 9a, N., & Timur, G. S. (n.d.). *Aromaterapi Mawar Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer*. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Kemenkes. (2019). Hipertensi. Badan Litbangkes, Kemenkes. *Kementiaran Kesehatan*.
- Kemenkes RI. (2019). Infodati Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 01, 1–90.
- Kenia, N. M., & Taviyanda, D. (2013). Pengaruh relaksasi (aromaterapi mawar) terhadap perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi. *Jurnal Stikes*, 6(1), 84–98.
- Kusyati, E., Santi, N. K., & Hapsari, S. (2018). Kombinasi relaksasi napas dalam dan aroma terapi lavender efektif menurunkan tekanan darah. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 1.
- Lalage, Z. (2019). *Hidup Sehat Dengan Terapi Air*.
- Lapau, B. (2012). Metode penelitian kesehatan: Metode ilmiah penulisan skripsi. *Yayasan Pustaka Obor Indonesia, Jakarta*.
- Lestari, N. K. Y., Yanti, N. L. G. P., & Wigata, I. W. G. Y. (2022). Aromaterapi Mawar Berpengaruh terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(2), 347–354.
- Marhaendra. (2016). Pengaruh letak tensimeter terhadap hasil pengukuran tekanan darah. *Kedokteran*, 05, 1–70.
- Mariza, A., & Kalsum, A. U. (2017). Pemberian Aromaterapi Bunga Mawar terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Wanita Lanjut Usia di UPTD Panti Sosial Lanjut Usia Tresna Werdha Natar Lampung Selatan. *Jurnal Kesehatan*, 8(1), 30–35.
- Muttaqin, A. (2014). Pengantar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler cetakan ke-1. *Jakarta: Salemba Medika*.

- Nasution, T. H., Ropi, H., & Sitorus, R. E. (2013). Faktor “Faktor Yang Berhubungan Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis Di Ruang Hemodialisis Rsup Dr Hasan Sadikin Bandung. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 1(2), 162–168.
- Nazaruddin, N., Yati, M., & Pratiwi, D. S. (2021). Pengaruh terapi rendam kaki dengan air hangat terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 16(2), 87–97.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan Cetakan ke-3. *Pt Rineka Cipta*.
- Nuraini, B. (2015). Risk factors of hypertension. *Jurnal Majority*, 4(5).
- Nursalam, N. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salimba Medika.
- Organization, W. H. (2018). *World health statistics 2018: monitoring health for the SDGs, sustainable development goals*. World Health Organization.
- Prasetyaningrum, Y. I., & Gz, S. (2014). *Hipertensi bukan untuk ditakuti*. FMedia.
- Pratiwi, G. A. (2018). *Efektifitas Pemberian Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Campuran Garam Dan Serai Dengan Air Hangat Campuran Garam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kresna Kelurahan Manguharjo Kota Madiun*. Keperawatan.
- Rahim, R., Saadah, S., Rismawati, S., Kebidanan, J., & Kemenkes Tasikmalaya, P. (n.d.). *Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi*.
- Riskesdas. (2018). Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Jurnal Jakarta*, 01–06.
- Rizal. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Tn. D Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bunut Tahun 2020. *Asuhan Keperawatan*, 01–56.
- Saparudin, H., Armiyati, Y., & Khoiriyah, K. (2020). The Combination of Natural Music Therapy and Rose Aromatherapy Lowers Blood Pressure in Hypertensive Patient. *Media Keperawatan Indonesia*, 3(3), 166–174.
- 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. *Karya Ilmiah*.
- Sharma, S. (2009). Aromaterapi. *Tangerang: Karisma*.
- Siti Oktavianti, D., & Dwi Insani, P. (2022). Penurunan Tekanan Darah Dengan Penerapan Terapi Rendam Kaki Menggunakan Air Hangat Pada Pasien Hipertensi. *Madago Nursing Journal*, 3(1), 15–21. <https://doi.org/10.33860/mnj.v3i1.1225>
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kualitatif Kuallitatif daln R&D. *Balndung: Allfalbetal.*, 01–180.
- Sugiyono, D. (2019). Statistika untuk Penelitian (Cetakan ke-30). *Bandung: Cv Alfabeta*.

- Tari, M. (2015). Pengaruh Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat. *Skripsi Universitas Esa Unggul Jakarta Barat*.
- Ulinuha, A. A. (2018). Tekanan Darah Setelah Dilakukan Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Sambiroto Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 02, 05–15.
- Umah.K. (2014). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Hangat Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Hipertensi. *Jurnal Ilmiah*, 06–76.
- Untalri, E. , & W. P. N. (2018). Teknik Relaksasi Autogenik Dan Relaksasi Otot Progressive Terhadap Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 68–69.
- Wahyuni, W., Fatmawati, S., & Silvitasari, I. (2020). Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Dengan Aroma Terapi Bunga Mawar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(2), 119. <https://doi.org/10.26753/jikk.v16i2.491>
- Winardiyanto, A. , & S. N. I. M. (2020). Pengaruh Pemberian Slow Stroke Back Massage Program Studi Keperawatan Program Sarjana. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 01, 01–97.
- Wulan, E. S., & Wafiyah, N. (2018). Perubahan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Aroma Terapi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Kabupaten Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 7(1), 10–19.
- Yanita, N. I. S. (2022). *Berdamai dengan hipertensi*. Bumi Medika.
- Zaeni, F. (2018). *Pengaruh Hidroterapi: Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Riung Bandung*.