Kode/Nama Rumpun Ilmu :371/ Keperawatan

LAPORAN PENELITIAN

INOVASI PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER PADA TN. M UNTUK MENURUNKAN NYERI, KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA YANG MENGALAMI HIPERTENSI DI DESA NAUMBAI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS AIRTIRIS TAHUN 2022

TIM PENGUSUL

KETUA : YENNY SAFITRI, M.Kep NIDN:102088201
ANGGOTA 1 : DEWI SULASTRI JUWITA, M.Kep
ANGGOTA 2 : FEBRI SYUKRI EMIL, S.Kep

Penelitian ini dibiayai oleh :
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
Tahun Anggaran 2022/2023 (Semester Ganjil)

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI
TA. 2022/2023

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI

Laporan Penelitian, Desember 2022

Yenny Safitri, Dewi Sulastri Juwita, Febri Syukri Emil

INOVASI PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER PADA Tn. M UNTUK MENURUNKAN TINGKAT NYERI, KECEMASAN DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA YANG MENGALAMI HIPERTENSI DI DESA NAUMBAI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS AIRTIRIS

viii + 33 Halaman + 2 Tabel + 10 Lampiran

ABSTRAK

Lansia yang mengalami akibat buruk dari penyakit hipertensi ditunjukkan oleh perasaan cemas, kesedihan, dan kekhawatiran. Ada dua cara yang untuk mengawasi kecemasan, khususnya farmakologis dan non-farmakologis. Cara nonfarmakologis salah satunya dengan aromaterapi lavender yang mengandung *linalool asetat* bersifat relaksasi dan dapat menurunkan kecemasan, nyeri dan tekanan darah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pemberian aromaterapi lavender pada asuhan keperawatan Tn. M terhadap masalah tingkat nyeri, kecemasan, dan tekanan darah pada lansia dengan masalah utama hipertensi. Penelitian dilakukan pada tanggal 08 - 09 November 2022. Hasil penelitian diperoleh setelah dilakukan pemberian aromaterapi lavender pada Tn. M selama 3 hari, tingkat nyeri berhasil turun dari skala 4 menjadi skala nyeri 1, tingkat kecemasan Tn. M berhasil turun menjadi skor HRS-A 12 (kecemasan normal) dan tekanan darah berhasil turun dari 170/96 mmHg menjadi 148/84 mmHg. Kesimpulan terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi. Diharapkan klien untuk selalu dapat memperhatikan kesehatannya, selalu melakukan relaksasi aromaterapi lavender dengan rutin, minum obat resep dari dokter dengan rutin dan memperhatikan waktu serta pola tidurnya.

Kata kunci : Aromaterapi lavender, Kecemasan, Nyeri, Hipertensi, Lansia
Daftar bacaan : 19 Bacaan (2012-2021)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena atas rahmat, karunia dan hidayah dari-Nya lah saya dapat menyelesaikan dan melaksanakan penyusunan laporan penelitian ini, dengan tujuan untuk melengkapi Tri Dharma Perguruan Tinggi dosen di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Penyusunan laporan penelitian penelitian ini tidak terlepas dari semua pihak yang telah membimbing dan memberikan masukan serta petunjuk baik secara langsung maupun tidak langsung hingga akhirnya laporan penelitian penelitian ini dapat diselesaikan oleh peneliti. Pada kesempatan ini saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.
2. Ibu Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau.

Saya menyadari bahwa dalam laporan penelitian penelitian ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan. Oleh sebab itu, dengan rendah hati saya akan menerima kritik dan saran. Dengan segala keterbatasan yang ada, semoga laporan penelitian penelitian ini dapat memberikan manfaat dan nilai tambah sebagai suatu sumbangan pikiran bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau dan Puskesmas Air Tiris

Bangkinang, September 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN..... **Error! Bookmark not defined.**

ABSTRAK ..... **Error! Bookmark not defined.**i

KATA PENGANTAR ..... **Error! Bookmark not defined.**ii

DAFTAR ISI 4

DAFTAR TABEL…….....….vii

DAFTAR LAMPIRAN……...…..……viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang..... 7

B. Rumusan Masalah.....3

C. Tujuan Penelitian.....3

D. Manfaat Penelitian.....5

E. Keaslian Penulisan.....5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. State Of Art 6

BAB III GAMBARAN KASUS

A. Pengkajian..... 10

B. Analisa Data.....11

C. Diagnosa Keperawatan.....13

BAB IV PELAKSANAAN INTERVENSI KEPERAWATAN

A. Intervensi Keperawatan 17

B. Implementasi.....17

C. Evaluasi.....23

BAB V PEMBAHASAN

A. Pembahasan 26

B. Keterbatasan Penulisan..... 31

BAB VI PENUTUP

A. Kesimpulan 32

B. Saran.....33

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel *State Of Art*..... 6

Tabel 3.1 Analisa Data.....11

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertambahan usia selalu diikuti oleh penurunan kapasitas fisiologis karena siklus degeneratif (penuaan) sehingga penyakit tidak menular muncul di usia tua. Penyakit tidak menular di masa lalu termasuk hipertensi, stroke, diabetes mellitus dan nyeri atau kekakuan sendi. Salah satu penyakit infeksi degeneratif yang memiliki derajat kesakitan dan kematian yang tinggi adalah hipertensi (Soraya, 2014).

Hipertensi penyakit yang paling terkenal dialami oleh lansia. Sesuai informasi Riskesdas 2018 di Indonesia, prevalensi hipertensi pada usia 55-64 tahun adalah sebesar 55,2% dan yang mengalami hipertensi dan pada usia >75 tahun sebesar 69,5% (Marliana, 2019). Berdasarkan Data Dinkes Kampar tahun 2021, hipertensi menjadi menjadi penyakit tertinggi kedua di Kabupaten Kampar yaitu sebanyak 7.776 kasus dan kasus terbanyak ditemukan di Kecamatan Kampar yaitu sebanyak 2.838 kasus. Berdasarkan hasil *survey* yang dilakukan oleh Mahasiswa Profesi Ners Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai di Desa Naumbai Kecamatan Kampar, hipertensi menjadi penyakit tertinggi pertama yang diderita lansia yaitu sebanyak 191 lansia (61,21%).

Hipertensi tidak memiliki gejala awal, namun beberapa gejala yang tidak terlalu tampak dan sering tidak dihiraukan oleh penderita. Gejala yang dirasakan

penderita hipertensi antaralain, nyeri kepala, susah tidur, sesak nafas, rasa berat ditengkuk, pandangan kunang-kunang, mimisan, dan sering merasa cemas. Salah satu kelompok usia yang sangat beresiko menderita penyakit ini yaitu lansia (Kiram, 2020).

Lansia yang mengalami akibat buruk dari penyakit hipertensi ditunjukkan oleh perasaan cemas, kesedihan, kekhawatiran, perasaan kecewa, kecewa dengan hidup, kekurangan hal-hal yang rendah dan perasaan tidak berdaya. Kecemasan jelas merupakan bagian penting dalam hipertensi. Ketika tingkat kecemasan berkurang, maka tekanan darah juga bisa ikut berkurang (Aliyah, 2020).

Ada dua cara yang berbeda untuk mengatasi kecemasan dan nyeri, khususnya farmakologis dan non-farmakologis. Obat-obatan farmakologis dapat mengatasi masalah mental seperti tekanan, kecemasan dan keputusasaan, namun masih ada efek samping dari penggunaan obat-obatan tersebut (Satria, 2020). Menurut Kozier (dalam Mariani 2020), secara non-farmakologis ada beberapa cara untuk mengurangi kecemasan seperti yoga, relaksasi pernapasan dalam, perawatan tertawa, dan aromaterapi. Salah satu pengobatan nonfarmakologis untuk menurunkan tingkat kecemasan yang tidak sulit dan wajar dilakukan adalah aromaterapi.

Aromaterapi yang paling terkenal adalah pengobatan berbasis wewangian lavender yang digunakan untuk relaksasi, mengurangi tingkat nyeri dan kecemasan, mengurangi gangguan istirahat tidur, serta sehubungan dengan penyakit fisik seperti sakit perut dan kepala (Fitriyah, 2015). Menurut Appleton

(2012) aromaterapi lavender adalah perawatan berbasis wewangian yang memanfaatkan minyak obat dari bunga lavender, memiliki bagian utama sebagai turunan asam Linalool dan Linalool Asetat yang dapat memberikan dampak relaksasi. Hal ini ditunjukkan oleh penelitian Suriyati (2015) tentang kelayakan pemberian wangi lavender untuk penurunan tingkat kecemasan pada lansia yang mendapat nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Nilai ini mengungkapkan bahwa penyembuhan aromaterapi lavender sangat membantu dalam mengurangi tingkat kecemasan pada lansia.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk menerapkan pemberian aromaterapi lavender pada asuhan keperawatan Tn. M untuk menurunkan nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di Desa Naumbai Wilayah Kerja UPT Puskesmas Airtiris.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas maka rumusan masalahnya adalah Apakah pemberian aromaterapi lavender pada asuhan keperawatan Tn. M dapat menurunkan nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi di Desa Naumbai Wilayah Kerja UPT Puskesmas Airtiris?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui pemberian asuhan keperawatan aromaterapi lavender pada asuhan keperawatan Tn. M terhadap masalah nyeri, kecemasan dan tekanan

darah pada lansia dengan masalah utama hipertensi di Desa Naumbai Wilayah Kerja UPT Puskesmas Airtiris.

2. Tujuan Khusus
   a. Mengetahui hasil pengkajian pada asuhan keperawatan Tn. M terhadap masalah nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.
   b. Mengetahui hasil analisa data pada asuhan keperawatan Tn. M terhadap masalah nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.
   c. Mengetahui hasil intervensi pada asuhan keperawatan Tn. M terhadap masalah nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.
   d. Mengetahui hasil implementasi pada asuhan keperawatan Tn. M terhadap masalah nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.
   e. Mengetahui hasil evaluasi pada asuhan keperawatan Tn. M terhadap masalah nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.
   f. Mengetahui hasil analisis inovasi keperawatan pemberian aroma terapi lavender pada asuhan keperawatan Tn. M untuk menurunkan nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

   Pemanfaatan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap hipotesis dan menambah konsekuensi data logis yang berkaitan dengan pemberian aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebagai salah satu tindakan mandiri yang bisa dilakukan oleh perawat.

2. Aspek Praktis

   Dampak dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan peningkatan dalam pemberian aromaterapi lavender dalam menurunkan nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

E. Keaslian Penulisan

1. Nikmatul Fitriyah dengan judul Pemberian tindakan relaksasi *(Aromaterapi Lavender Oil)* pada asuhan keperawatan Ny. S sebelum tindakan operasi untuk menurunkan tingkat kecemasan di ruang Kantil 2 RSUD Karanganyar.
2. Ika Subekti Wulandari, Wahyuningsih Safitri dengan judul Efektivitas relaksasi aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan di Posyandu lansia Desa Plesungan Karanganyar.

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. State Of Art

State of The Art merupakan kumpulan jurnal yang digunakan untuk sebagai refrensi dalam penelitian ini. *State of The Art* turut memberikan penjabaran mengenai perbedaan antara penelitian terdahulu dan penelitian yang akan dilakukan. Berikut ini adalah *State of The Art* yang dijabarkan dalam bentuk tabel/matriks.

Tabel 2.1 Tabel State Of Art

No	Deskripsi Jurnal	Pembahasan
1.	Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara **Tahun:** 2014 **Peneliti:** Umi Soraya **Metode Penelitian:** Quasy Experiment dengan rancangan pretest and posttest **Jurnal:** Jurnal Keperawatan Tanjungpura University	**Hasil Penelitian:** Pemberian aromaterapi lavender yang berupa minyak esensial kepada lansia dengan hipertensi selama 10 menit dapat menurunkan tekanan darah. Bedasarkan hasil penelitian, rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolic setelah diberikan aromaterapi lavender yaitu 138,9 mmHg dan 85 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah sebelum diberikan terapi adalah 155,6 mmHg dan 96,11 mmHg. Untuk itu dapat disimpulkan ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak tahun 2014. **Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian:** Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan refrensi mengenai seberapa signifikan pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tekanan darah pada lansia.

2.	Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia di Panti Graha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya **Tahun:** 2015 **Peneliti:** Suriyati Adriana Murlilita **Metode Penelitian:** Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *Quasy Experiment* tanpa ada kelompok kontrol. **Jurnal:** Jurnal Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak	**Hasil Penelitian:** Instrument dalam penelitian ini menggunakan Hamilton Rating Scale For Anxiety (HAR-S). Terapi dengan aromaterapi lavender berlangsung selama 14 hari. Dalam melaksanakan terapi, setiap responden memiliki kesempatan untuk menghirup aromaterapi selama 15 menit setiap pertemuannya. Setelah itu dihari ke-16 dilakukanlah pengukuran kembali tingkat kecemasan responden dengan menggunakan instrumen penelitian yang sama yaitu Hamilton Rating Scale For-Anxiety. Hasil menunjukkan dengan nilai significancy 0,000 ($p<0,05$). Nilai ini menyatakan bahwa aromaterapi lavender efektif terhadap penurunan tingkat kecemasan lanjut usia. **Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian:** Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan refrensi mengenai seberapa signifikan pengaruh pemberian aroma terapi lavender kecemasan pada lansia.
3.	Effectiveness of Lavender Aromatherapy on Anxiety Level: Literature Review **Tahun:** 2015 **Peneliti:** Caturia Sasti Zay Yar Tun **Metode Penelitian:** *Literature review* **Jurnal:** Jornal Magister of Nursing	**Hasil Penelitian:** Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa aromaterapi lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan melalui proses fisiologis inhalasi yang dimulai dari olfaktorius hingga sistem saraf pusat hingga menghasilkan efek relaksasi. Namun perlu penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas aromaterapi lavender terhadap tingkat kecemasan dengan menggunakan metode double-blinded randomized trial dan evaluasi dimaksudkan untuk mengukur tingkat kecemasan, tanda-tanda vital, dan kadar kortisol dalam darah sehingga hasilnya valid dan dapat diandalkan. **Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian:** Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan refrensi mengenai seberapa signifikan pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap kecemasan pada lansia.
4.	Efektivitas Relaksasi Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Kecemasan di Posyandu Lansia Desa Plesungan Karanganyar **Tahun:** 2016	**Hasil Penelitian:** HRS-A (Hamillton Ratting Scale for Anxiety) yang terdiri dari 14 item pertanyaan. Nilai angka kuesioner HRS-A (Hamillton Ratting Scale for Anxiety). Tingkat kecemasan terdiri dari tidak cemas apabila skor 0-13, kecemasan ringan apabila skor 14-20, kecemasan sedang 21-27, kecemasan berat 28-41, kecemasan berat sekali 42-56. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan

	Peneliti: Ika Subekti Wulandari Wahyuningsih Safitri **Metode Penelitian:** *Pre Experimental Design* dengan rancangan penelitian *One-Group Pretest Postest.* **Jurnal:** Jurnal Keperawatan STIKes Kusuma Husada Surakarta	relaksasi aromaterapi lavender mayoritas responden mempunyai tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 10 responden (66,7%) dan setelah diberikan relaksasi aromaterapi lavender mengalami cemas ringan yaitu sebanyak 13 responden (86,7%) serta menunjukkan ada efektivitas relaksasi aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan (p value 0,000). **Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian:** Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan refrensi mengenai seberapa signifikan pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap kecemasan pada lansia.
5.	Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri **Tahun:** 2019 **Peneliti:** Bella Nurhidayati **Metode Penelitian:** Desain Deskriptif Analitik Cross sectional **Jurnal:** Jurnal Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo	**Hasil Penelitian:** Minyak lavender mengandung linalool yang memiliki sasaran pada sistem limbic yaitu syaraf pusat nyeri, sehingga dapat mempenharuhi persepsi nyeri responden yang semula nyeri sedang menjadi nyeri ringan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh secara signifikan terhadap penurunan nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Sebelum diberikan aromaterapi lavender rata-rata skala nyeri sebesar 5,48, kemudian berkurang menjadi 2,61 setelah diberikan aromaterapi lavender. **Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian:** Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan refrensi mengenai seberapa signifikan pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap nyeri kepala akibat hipertensi pada lansia.
6.	The Effect of Music Therapy and Aromatherapy with Chanomile-Lavender Essential Oil on the Anxiety of Clinical Nurses: A Randomized and Double-Blind Clinical Trial **Tahun:** 2019 **Peneliti:** Somayeh Zamanifar Mohmmad Iraj Aram Nezakati **Metode Penelitian:** Quasy Experiment	**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik dan aromaterapi dengan minyak atsiri chamomile-lavender berpengaruh terhadap penurunan kecemasan perawat yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Di sisi lain, terapi musik dan aromaterapi memiliki efek yang sama dalam mengurangi kecemasan perawat karena kecemasan adalah salah satu hasil keperawatan, dan mengurangi stres dan kecemasan dapat meningkatkan tingkat akurasi dan perhatian serta meningkatkan kualitas kerja perawat. Kemudian, terapi musik dan aromaterapi sebagai terapi komplementer dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan mandiri untuk meningkatkan kinerja perawat.

	Jurnal: Jornal of Medicine and Life Vol. 13	**Alasan Menjadi Tinjauan Penelitian:** Jurnal berikut dapat memperkuat penelitian ini dengan memberikan refrensi mengenai seberapa signifikan pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap kecemasan pada lansia.

BAB III
GAMBARAN KASUS

A. Pengkajian

Pada BAB ini menjelaskan tentang rangkuman asuhan keperawatan yang dilakukan terhadap Tn. M dengan hipertensi yang dilakukan penerapan aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri, kecemasan dan tekanan darah yang dialami oleh klien. Pengkajian ini dilakukan ada tanggal 07 November 2022.

Klien berinisial Tn. M berumur 63 tahun, berpendidikan Sekolah Dasar (SD) yang bekerja sebagai wiraswasta, Tn. M bertempat tinggal di Dusun 1 Desa Naumbai Kecamatan Kampar Riau. Keluhan utama klien mengatakan kepala pusing dan sakit, nyeri kepala sudah dirasakan sejak satu minggu yang lalu. Pada saat dilakukan pengkajian nyeri secara komprehensif didapatkan data P: nyeri dan pusing semakin terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 4, T: berlansung hilang timbul. Klien sudah mencoba meminum obat resep dari dokter namun kerap kali klien tidak rutin mengonsumsinya.

Keluhan lain klien juga sering merasakan gelisah karena tekanan darahnya tidak kunjung turun. Pada saat dilakukan pengkajian tingkat kecemasan menggunakan skala HRS-A didapatkan skor kecemasan 22 (kecemasan sedang). Gejala yang

dirasakan klien mengatakan sering khawatir terhadap kondisinya, sering sulit tidur sehingga jam tidur tidak teratur, jumlah jam tidur hanya 4 jam dalam sehari. Faktor pencetus dikarenakan klien suka mengonsumsi banyak makanan tinggi garam dan memiliki keluarga dengan riwayat tekanan darah tinggi. Selama ini klien berupaya mengatasinya dengan beristirahat dan minum obat resep dari dokter.

Pada pengkajian riwayat penyakit dahulu klien mengatakan sudah mengalami penyakit yang sama sejak 7 tahun yang lalu, klien pernah mengalami pingsan dikarenakan penyakit hipertensi yang dideritanya, sehingga mengakibatkan Tn. M dirawat di rumah sakit selama 1 minggu. Tn. M Tidak memiliki alergi obat atau makanan. Tidak memiliki riwayat kecelakaan.

Keadaan umum Tn. M baik kesadaran compometis, berpakaian rapi, klien terlihat lemah dan suka melamun. Tanda-tanda vital TD : 170/96 mmhg, N : 110x/menit, RR : 24x/menit, suhu : 36°c, BB : 60 kg dan TB : 163 cm. Pemeriksaan jantung (inspeksi tidak ada pembesaran jantung dada kanan dan kiri simetris, palpasi tidak ada nyeri tekan, perkusi, tidak ada suara jantung tambahan).

B. Analisa Data

Tabel 3.1 Analisa Data

NO	DATA	MASALAH
1.	Ds: a. Klien mengatakan sakit kepala dan pusing dialaminya sejak 1 minggu yang lalu b. Klien mengatakan nyeri dan pusing semakin terasa saat ingin berdiri c. Klien mengatakan nyeri seperti tertusuk-tusuk di bagian kepala Do: a. Klien tampak meringis b. Tampak memegangi kepala c. Skala nyeri 4 (nyeri sedang) d. TD: 170/96 mmHg, N : 110x/menit, RR: 24 x/menit, S : 36 ºC.	Nyeri Akut
2.	Ds: a. Klien mengatakan sering khawatir terhadap kondisinya b. Klien mengatakan sering merasa bingung c. Klien mengatakan takut karna tekanan darahnya tidak kunjung turun Do: a. Klien tampak gelisah b. Klien tampak tegang c. Sulit tidur d. Skor skala HRS-A 22 e. TD: 170/96 mmHg, N : 110x/menit, RR: 24 x/menit, S : 36 ºC.	Ansietas
3.	Ds: a. Klien mengatakan sering sulit tidur b. Klien mengatakan sering terbangun tengah malam c. Klien mengatakan tidurnya tidak puas d. Klien mengatakan sangat jarang tidur siang Do: a. Klien tampak lemah dan lesu b. Jumlah jam tidur 4 jam/hari c. TD: 170/96 mmHg, N : 110x/menit, RR: 24 x/menit, S : 36 ºC.	Gangguan Pola Tidur

C. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan analisa data yang didapatkan maka diagnosa keperawatan yang muncul yaitu :

1. Nyeri akut berhubungan dengan hipertensi.
2. Ansietas berhubungan dengan penyakit yang diderita (hipertensi).
3. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kecemasan.

BAB IV
PELAKSANAAN INTERVENSI KEPERAWATAN

A. Intervensi Keperawatan

Rencana tindakan keperawatan yang peneliti angkat untuk mengatasi masalah keperawatan pada Tn. M yaitu:

1. Nyeri akut berhubungan dengan hipertensi

Tujuan yang diharapkan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam masalah nyeri akut berkurang dengan kriteria hasil:

a. Keluhan nyeri menurun
b. Meringis menurun
c. Skala nyeri menurun (nyeri ringan skala 1-3)
d. Kesulitan tidur menurun
e. Frekuensi nadi membaik
f. Tekanan darah membaik
g. Pola tidur membaik

Rencana tindakan keperawatan yang akan disusun untuk Tn. M yaitu:

a. Observasi

1) Identifikasi lokasi nyeri, karakteristik, durasi, frekuensi, kualitas, intensitas nyeri
2) Identifkasi skala nyeri

3) Monitor keberhasilan terapi komplementer yang sudah diberikan

b. Terapeutik

1) Berikan teknik nonfarmakologis untuk mengurangi nyeri dengan memberikan relaksasi aromaterapi lavender
2) Kontrol lingkungan yang memperberat rasa nyeri

c. Edukasi

1) Jelaskan tujuan, manfaat, batasan dan jenis relaksasi yang tersedia (relaksasi aromaterapi lavender)
2) Demonstrasikan dan latih teknik relaksasi aromaterapi lavender

2. Ansietas berhubungan dengan penyakit yang diderita

Tujuan yang diharapkan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam masalah kecemasan berkurang dengan kriteria hasil:

a. Verbalisasi kebingungan menurun
b. Verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi menurun
c. Perilaku gelisah dan tegang menurun
d. Tingkat kecemasan skala HRS-A menurun (skor <14)
e. Frekuensi nadi menurun
f. Tekanan darah menurun
g. Pola tidur membaik
h. Kontak mata membaik

Rencana tindakan keperawatan yang akan disusun untuk Tn. M yaitu:

a. Observasi

1) Periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah, dan suhu sebelum dan sesudah latihan
2) Monitor respons terhadap terapi relaksasi

b. Terapeutik

1) Ciptakan lingkungan tenang dan nyaman
2) Berikan informasi tertulis tentang persiapan dan prosedur teknik relaksasi
3) Gunakan nada suara lembut dengan irama lambat dan berirama

c. Edukasi

1) Jelaskan tujuan, manfaat, batasan dan jenis relaksasi yang tersedia (relaksasi aromaterapi lavender)
2) Demonstrasikan dan latih teknik relaksasi aromaterapi lavender
3) Anjurkan sering mengulangi atau melatih teknik yang dipilih

3. Gangguan pola tidur berhubungan dengan kecemasan

Tujuan yang diharapkan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 x 24 jam masalah gangguan pola tidur berkurang dengan kriteria hasil:

a. Keluhan sulit tidur menurun
b. Keluhan sering terjaga menurun
c. Keluhan tidak puas tidur menurun

Rencana tindakan keperawatan yang akan disusun untuk Tn. M yaitu:

a. Observasi

1) Identifikasi pola aktivitas dan tidur
2) Identifikasi faktor pengganggu tidur (faktor psikologis)

b. Terapeutik

1) Fasilitasi menghilangkan stres sebelum tidur
2) Tetapkan jadwal rutin tidur

c. Edukasi

1) Anjurkan menepati kebiasaan waktu tidur
2) Ajarkan relaksasi aromaterapi lavender

B. Implementasi

1. Hari Pertama

Tindakan pada hari pertama hari Senin tanggal 08 November 2022 peneliti melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif didapatkan data P: nyeri dan pusing semakin terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 4, T: berlansung hilang timbul. Klien mengatakan sakit kepala dan pusing dialaminya sejak 1 minggu yang lalu, tampak kalian meringis dan gelisah sambil memegang kepala dan tengkuk.

Selanjutnya peneliti mengidentifikasi tingkat kecemasan yang dialami klien menggunakan skala HRS-A dengan menilai 14 item yang mendukung terjadinya kecemasan pada klien, yang terdiri dari perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kognitif, perasaan depresi,

gejala somatic otot, gejala somatic sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala respiratori, gejala gastrointestinal, gejala urogenital, gejala autonom, dan tingkah laku atau sikap sehingga didapatkan total skor 22 (kecemasan sedang). Selanjutnya melakukan observasi TTV pada klien yang didapatkan TD: 170/96 mmHg, N: 110x/menit, RR: 24x/menit, S: 36 ºC. Peneliti melanjutkan dengan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan semalam hanya tidur 4 jam, sering terbangun pada malam hari, dan sulit untuk tidur pada siang harinya.

Peneliti memberikan informasi tentang terapi nonfarmakologi relaksasi aromaterapi lavender untuk membantu menurunkan tingkat nyeri, kecemasan, gangguan pola tidur serta membantu menurunkan tekanan darah pada klien. Setelah menjelaskan mengenai aromaterapi lavender, klien setuju untuk dilakukan terapi aromaterapi lavender. Peneliti menjelaskan prosedur, klien tampak paham dan mengatakan bersedia dan siap untuk dilakukan aromaterapi lavender. Selanjutnya peneliti mendemonstrasikan teknik relaksasi dengan aromaterapi lavender dengan cara meneteskan aromaterapi lavender sebanyak 5 tetes ke masker klien dan menginstruksikan klien memakai masker selama 15 menit. Klien mengatakan nyaman, klien tampak rileks dan dapat mengikuti setiap instruksi yang diberikan.

Selang 1 jam kemudian setalah dilakukan aromaterapi lavender, peneliti kembali melakukan pengkajian nyeri komprehensif, mengidentifikasi tingkat kecemasan pada klien dan mengobservasi TTV klien. Pada pengkajian nyeri

klien mengatakan masih merasakan nyeri pada kepala dan tengkuknya, klien masih tampak meringis. P: nyeri dan pusing semakin terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 3, T: berlansung hilang timbul. Pada pengkajian kecemasan didapatkan data klien mengatakan masih merasa khawatir dengan tekanan darahnya yang susah turun, klien masih tampak gelisah, tingkat kecemasan yang dinilai menggunakan skala HRS-A didapatkan skor 20 (kecemasan ringan). Pada saat dilakukan observasi TTV didapatkan data TD 168/94 mmHg, nadi 90x/menit, RR: 24x/menit, S: 36 ºC. Peneliti menganjurkan klien melakukan relaksasi aromaterapi lavender pada saat sebelum tidur dimalam hari dan mencoba untuk tidur tepat waktu.

2. Hari Kedua

Pada hari kedua Selasa 09 November 2022, sama halnya dengan hari pertama peneliti melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif pada klien yang didapatkan data P: nyeri dan pusing terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 3, T: berlansung hilang timbul. Klien mengatakan masih merasakan sakit kepala dan pusing, tampak kalian meringis.

Selanjutnya peneliti mengidentifikasi tingkat kecemasan yang dialami klien menggunakan skala HRS-A dengan menilai 14 item yang mendukung terjadinya kecemasan pada klien, yang terdiri dari perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kognitif, perasaan depresi,

gejala somatic otot, gejala somatic sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala respiratori, gejala gastrointestinal, gejala urogenital, gejala autonom, dan tingkah laku atau sikap sehingga didapatkan total skor 18 (kecemasan ringan). Selanjutnya melakukan observasi TTV pada klien yang didapatkan tekanan darah 162/92 mmHg, nadi 90x/menit, RR 18x/menit, S 36,4 ºC. Peneliti melanjutkan dengan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur klien, klien mengatakan semalam bisa tidur tepat waktu mulai dari jam 21.00 - 02.00 WIB kemudian tidur kembali jam 03.00 - 05.30 dan ketika bangun tidur klien mengatakan badan sudah terasa segar.

Peneliti kembali mendemonstrasikan teknik relaksasi dengan aromaterapi lavender dengan cara meneteskan aromaterapi lavender sebanyak 5 tetes ke masker klien dan menginstruksikan klien memakai masker selama 15 menit. Klien mengatakan nyaman, klien tampak rileks dan dapat mengikuti setiap instruksi yang diberikan. Satu jam kemudian setalah dilakukan aromaterapi lavender, peneliti kembali melakukan pengkajian nyeri komprehensif, mengidentifikasi tingkat kecemasan pada klien dan mengobservasi TTV klien. Pada pengkajian nyeri klien mengatakan nyeri yang dirasakan pada kepala dan tengkuknya sudah berkurang, klien masih rileks. P: nyeri terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 2, T: berlansung hilang timbul. Pada pengkajian kecemasan didapatkan data klien mengatakan masih merasa khawatir, klien tampak mulai tenang, gelisah berkurang, kontak mata membaik, tingkat kecemasan yang dinilai

menggunakan skala HRS-A didapatkan skor 16 (kecemasan ringan). Pada saat dilakukan observasi TTV didapatkan data TD 160/90 mmHg, N 84x/menit, RR: 24x/menit, S: 36 ºC. Peneliti menganjurkan klien melakukan relaksasi aromaterapi lavender pada saat sebelum tidur dimalam hari dan mencoba untuk tidur tepat waktu.

3. Hari Ketiga

Pada hari ketiga Rabu 10 November 2022, seperti biasa melakukan pengkajian nyeri secara komprehensif pada klien yang didapatkan data P: nyeri yang dirasakan sudah minim, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 2, T: berlansung hilang timbul. Klien mengatakan nyeri yang dirasakan sudah banyak berkurang, tampak mulai tenang. Peneliti mengidentifikasi tingkat kecemasan yang dialami klien menggunakan skala HRS-A dengan menilai 14 item yang mendukung terjadinya kecemasan pada klien, yang terdiri dari perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kognitif, perasaan depresi, gejala somatic otot, gejala somatic sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala respiratori, gejala gastrointestinal, gejala urogenital, gejala autonom, dan tingkah laku atau sikap sehingga didapatkan total skor 14 (kecemasan ringan).

Selanjutnya melakukan observasi TTV pada klien yang didapatkan tekanan darah 152/92 mmHg, nadi 90x/menit, RR 18x/menit, S 36,4 ºC. Peneliti melanjutkan dengan mengidentifikasi pola dan aktivitas tidur, klien mengatakan tidur mulai jam 21.00 - 05.00 WIB dan ketika bangun tidur klien

mengatakan badan semakin terasa segar dan relaks, klien mengatakan senang karena tidak ada terbangun lagi ditengah malam. klien mengatakan kecemasannya sudah berkurang karena tekanan darah sudah mulai bisa menurun dan sudah bisa tidur dengan nyenyak.

Peneliti kembali mendemonstrasikan teknik relaksasi dengan aromaterapi lavender dengan cara meneteskan aromaterapi lavender sebanyak 5 tetes ke masker klien dan menginstruksikan klien memakai masker selama 15 menit. Klien mengatakan nyaman, klien tampak rileks dan dapat mengikuti setiap instruksi yang diberikan. Satu jam kemudian setalah dilakukan aromaterapi lavender, peneliti kembali melakukan pengkajian nyeri komprehensif, mengidentifikasi tingkat kecemasan pada klien dan mengobservasi TTV klien. Pada pengkajian nyeri klien mengatakan nyeri yang dirasakan pada kepala dan tengkuknya sudah banyak berkurang, klien tampak rileks rileks. P: nyeri yang dirasakan sudah banyak berkurang, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 1, T: berlangsung hilang timbul.

Pada pengkajian kecemasan didapatkan data klien mengatakan semakin merasa relaks dan nyaman setelah menggunakan relaksasi aromaterapi lavender, cemas dan gelisah klien semakin tampak berkurang, kontak mata membaik, tingkat kecemasan yang dinilai menggunakan skala HRS-A didapatkan skor 12 (kecemasan normal). Pada saat dilakukan observasi TTV didapatkan data TD 148/84 mmHg, N 82x/menit, RR: 24x/menit, S: 36 ºC. Peneliti menganjurkan klien melakukan teknik relaksasi aromaterapi dengan

rutin pada hari-hari berikutnya serta tetap mengonsumsi obat hipertensi resep dari dokter dengan rutin dengan harapan tekanan darah Tn. M selalu dalam batas normal.

C. Evaluasi

1. Hari Pertama

Hari pertama setelah dilakukan aromaterapi lavender pada pengkajian nyeri klien mengatakan masih merasakan nyeri pada kepala dan tengkuknya, klien masih tampak meringis, P: nyeri dan pusing semakin terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 3, T: berlansung hilang timbul. Pada pengkajian kecemasan didapatkan data klien mengatakan masih merasa khawatir dengan tekanan darahnya yang susah turun, klien masih tampak gelisah, tingkat kecemasan yang dinilai menggunakan skala HRS-A didapatkan skor 20 (kecemasan ringan). Pada saat dilakukan observasi TTV didapatkan data TD 168/94 mmHg, nadi 90x/menit, RR: 24x/menit, S: 36 ºC.

Dapat disimpulkan masalah belum teratasi dan intervensi dilanjutkan yaitu identifikasi dan kaji nyeri komprehensif, identifikasi tingkat kecemasan, identifikasi pola dan aktivitas tidur, berikan kembali terapi relaksasi aromaterapi lavender, anjurkan klien untuk tidur tepat waktu dan melakukan aromaterapi lavender sebelum tidur.

2. Hari Kedua

Hari kedua setelah dilakukan aromaterapi lavender pada pengkajian nyeri klien mengatakan nyeri yang dirasakan pada kepala dan tengkuknya sudah berkurang, klien masih rileks. P: nyeri terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 2, T: berlansung hilang timbul. Pada pengkajian kecemasan didapatkan data klien mengatakan masih merasa khawatir, klien tampak mulai tenang, gelisah berkurang, kontak mata membaik, tingkat kecemasan yang dinilai menggunakan skala HRS-A didapatkan skor 16 (kecemasan ringan). Pada saat dilakukan observasi TTV didapatkan data TD 160/90 mmHg, N 84x/menit, RR: 24x/menit, S: 36 ºC.

Dapat disimpulkan masalah belum teratasi dan intervensi dilanjutkan yaitu identifikasi dan kaji nyeri komprehensif, identifikasi tingkat kecemasan, identifikasi pola dan aktivitas tidur, berikan kembali terapi relaksasi aromaterapi lavender, anjurkan klien untuk tidur tepat waktu dan melakukan aromaterapi lavender sebelum tidur.

3. Hari Ketiga

Pada hari ketiga setelah dilakukan aromaterapi lavender pada pengkajian nyeri klien mengatakan nyeri yang dirasakan pada kepala dan tengkuknya sudah banyak berkurang, klien tampak rileks rileks. P: nyeri yang dirasakan sudah banyak berkurang, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 1, T: berlangsung hilang timbul. Pada pengkajian kecemasan

didapatkan data klien mengatakan semakin merasa relaks dan nyaman setelah menggunakan relaksasi aromaterapi lavender, cemas dan gelisah klien semakin tampak berkurang, kontak mata membaik, skala HRS-A didapatkan skor 12 (kecemasan normal). Pada saat dilakukan observasi TTV didapatkan data TD 148/84 mmHg, N 82x/menit, RR: 24x/menit, S: 36 ºC.

Dapat disimpulkan masalah teratasi dan intervensi dihentikan. Namun peneliti menganjurkan klien melakukan teknik relaksasi aromaterapi dengan rutin pada hari-hari berikutnya serta tetap mengonsumsi obat hipertensi resep dari dokter dengan rutin dengan harapan tekanan darah Tn. M selalu dalam batas normal.

BAB V
PEMBAHASAN

A. Pembahasan

Peneliti melakukan pembahasan untuk mengetahui sejauh mana asuhan keperawatan pada Tn. M yang telah dilakukan dan adanya kesenjangan serta membandingkan antara teori dan kenyataan yang sesuai di lapangan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan ansietas.

1. Pengkajian

Studi kasus dilakukan dengan melakukan pengkajian awal sebelum melakukan intervensi keperawatan pada kasus ini didapatkan data klien tampak tegang, gelisah, khawatir, pandangan tidak fokus dan muka merah. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Nurarif (2015) mengenai tanda-tanda kecemasan seperti gelisah, ketakutan, tampak waspada, gemeteran, dan wajah tegang. Pada saat dilakukan pengkajian klien sering melontarkan rasa kekhawatiran terdapat kondisi yang ia alami.

Ayuningtyas (2012) mengatakan kecemasan pada lansia dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu memikirkan penyakit yang diderita, kendala ekonomi, sedikit waktu berkumpul dengan keluarga, merasa kesepian sehingga mengakibatkan lansia mengalami sulit untuk tidur.

Skor skala HRS-A pada saat sebelum dilakukan tindakan relaksasi aromaterapi lavender adalah 22 (kecemasan sedang) didapatkan data klien mengatakan jantungnya terasa berdebar-debar, klien tampak khawatir dan gelisah, kontak mata klien tampak kurang fokus, muka tampak merah, TD: 170/96 mmHg, N: 98x/menit, RR: 20x/menit, S: 36 ºC.

2. Diagnosa Keperawatan

Setelah dilakukan pengkajian diagnosa keperawatan yang muncul yaitu ansietas berhubungan dengan penyakit yang diderita. Saputro (2017) mengatakan ansietas merupakan suatu perasaan yang berlebihan terhadap suatu kondisi ketakutan, kegelisahan dan kekhawatiran terhadap ancaman yang dirasakan. Penentuan diagnosa ini muncul karena hasil pengkajian ditemukan tanda dan gejala kecemasan seperti gelisah, tampak tegang, frekuensi nafas dan nadi meningkat, muka tampak merah dan pandangan tidak fokus ketika diajak berbicara.

Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Jiwo (2012) individu yang menderita penyakit kronik seperti hipertensi, diabetes melitus, kanker, penyakit jantung dapat menyebabkan terjadinya ansietas. Penyakit kronik dapat menimbulkan kekhawatiran akan masa depan, selain itu biaya pengobatan dan perawatan yang dilakukan juga akan menambah beban pikiran.

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi keperawatan antara yang peneliti lakukan dengan jurnal yang peneliti terapkan memiliki kesamaan yaitu pasien lansia yang mengalami kecemasan. Kecemasan pada lansia dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu memikirkan penyakit yang diderita, kendala ekonomi, sedikit waktu berkumpul dengan keluarga, merasa kesepian sehingga mengakibatkan lansia mengalami sulit untuk tidur (Ayuningtyas, 2012).

Pada intervensi keperawatan yang diterapkan sesuai dengan evidence based oleh (Wulandari, 2016) tentang Efektivitas relaksasi aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan di Posyandu Lansia Desa Plesungan Karanganyar. Tingkat kecemasan dinilai dengan skala HRS-A (Hamillton Ratting Scale for Anxiety) yang terdiri dari 14 item pertanyaan. Nilai angka kuesioner HRS-A (Hamillton Ratting Scale for Anxiety). Tingkat kecemasan terdiri dari tidak cemas apabila skor 0-13, kecemasan ringan apabila skor 14-20, kecemasan sedang 21-27, kecemasan berat 28-41, kecemasan berat sekali 42-56. Setelah diberikan aromaterapi lavender yang diberikan 7 hari berturut-turut lansia menunjukkan penurunan kecemasan.

Menuru Appleton (2012) dalam (Pande, 2013), aromaterapi lavender adalah aromaterapi yang menggunakan minyak esensial dari bunga lavender, dimana memiliki komponen utama berupa linalool dan linali asetat yang dapat memberikan efek relaksasi. Kandungan linalool asetat linalyl yang merupakan bahan aktif utama pada minyak lavender, linalool asetat linalyl dapat

menunjukkan efek relaksasi, sehingga tidak ada kontraindikasi dan efek samping atau interaksi obat pada lavender. Penggunaan lavender dikatakan dapat membantu memberikan ketenangan, mengurangi kecemasan, sakit kepala, anti mikroba, anti serangga, penyembuhan luka ringan, anti depresan dan antiseptik (Pande, 2013).

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi yang diberikan yaitu memberikan aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan dan tekanan darah pada klien. Pada hari pertama sebelum dilakukan tindakan relaksasi aromaterapi lavender tingkat kecemasan klien memiliki skor HRS-A yaitu 22. Berdasarkan implementasi yang dilakukan klien tampak nyaman dan dapat mengikuti instruksi dengan baik.

Pada saat dilakukan terapi pada hari kedua klien tampak lebih relaks dan nyaman melakukan relaksasi aromaterapi lavender, klien mengatakan sudah tidak terlalu khawatir dan jantungnya sudah tidak berdebar-debar lagi. Data objektif didapatkan klien sudah tidak tampak gelisah, kontak mata sudah mulai fokus, muka sudah tidak tampak merah dan pada skor HRS-A didapatkan 16 termasuk dalam tingkat kecemasan ringan. TD 164/90 mmHg, N 84x/menit, RR 18x/menit, S 36,4 ºC. Pada hari ketiga dilakukan terapi relaksasi aromaterapi lavender hasilnya klien semakin merasa relaks dan nyaman setelah menggunakan relaksasi aromaterapi lavender.

Implementasi diterapkan sesuai dengan evidence based oleh (Wulandari, 2016) tentang Efektivitas relaksasi aromaterapi lavender terhadap penurunan kecemasan di Posyandu Lansia Desa Plesungan Karanganyar. Terdapat peberdaan antara apa yang diterapkan dengan evidence based yakni dalam segi waktu dalam pemberian terapi relaksasi aromaterapi lavender. Pada penelitian Wulandari (2016) aromaterapi lavender diberikan selama 7 hari berturut-turut, sedangkan pada penelitian ini aromaterapi lavender hanya diberikan selama 3 hari dikarenakan pada penelitian ini target yang ingin dicapai yaitu klien mengalami penurunan tingkat kecemasan sesuai dengan target kriteria hasil yang telah direncanakan yaitu mencapai tingkat kecemasan normal (skor HRS-A <14).

Penurunan kecemasan oleh aromaterapi lavender menurut Appleton (2012), dikarenakan aroma lavender adalah aromaterapi yang menggunakan minyak dari bunga lavender, yang pada dasarnya terdiri dari turunan linalool dan asam linali yang bersifat asam yang dapat memiliki efek relaksasi. Di dalam lavender memiliki kandungan Zat linalool turunan linalyl dapat memberikan efek relaksasi sehingga meningkatkan hormone endhorpin yang dapat menurunkan kecemasan, meningkatkan rasa relaks dan nyaman pada seseorang sehingga menyebabkan terjadi vasodilatasi pada pembuluh darah yang berefek pada terjadinya penurunan tekanan darah.

Selain memberikan efek relaksasi, minyak lavender juga berkhasiat sebagai antispasmodik, analgesik, dan antiseptik. Aromaterapi dapat

mempengaruhi sistem di otak yang merupakan pusat emosi dan memori untuk menghasilkan hormone endorphin dan enchepalin, yang bersifat sebagai penghilang rasa sakit dan serotonin yang berefek menhilangkan ketegangan atau stress serta kecemasan (Perez, 2013). Minyak lavender mengandung linalool yang memiliki sasaran pada sistem limbic yaitu syaraf pusat nyeri, sehingga dapat mempenharuhi persepsi nyeri responden yang semula nyeri sedang menjadi nyeri ringan (Nurhidayati, 2019).

5. Evaluasi

Hasil evaluasi pada Tn. M evaluasi akhir hari ketiga setelah dilakukan klien sudah tidak tampak cemas dan gelisah, kontak mata fokus, muka sudah tidak tampak merah TD 150/84 mmHg, N 82x/menit, RR 18x/menit, S 36,4 ºC dan pada skor HRS-A didapatkan 12 (kecemasan normal). Namun peneliti menganjurkan klien untuk tetap melakukan teknik relaksasi aromaterapi dengan rutin pada hari-hari berikutnya, menjaga pola tidur, serta tetap mengonsumsi obat hipertensi resep dari dokter dengan rutin agar tekanan darah Tn. M selalu dalam batas normal.

B. Keterbatasan Penulisan

Pada saat melakukan pengkajian klien sering tidak fokus pada pembicaraan, sering gelisah sehingga beberapa kali pengkajian sempat terhenti, namun setelah dilakukan pendekatan yang baik serta membina hubungan saling percaya antara klien dan peneliti, akhirnya pengkajian berhasil dilakukan sampai selesai.

BAB VI
PENUTUP

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan pada asuhan keperawatan pada Tn. M tentang pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat kecemasan pada lansia dengan masalah utama hipertensi, maka dapat disimpulkan:

1. Pengkajian yang didapatkan yaitu P: nyeri dan pusing semakin terasa ketika saat ingin berdiri, Q: terasa seperti tertusuk-tusuk, R: dibagian kepala, S: skala nyeri 4, T: berlansung hilang timbul, klien mengalami kecemasan akibat penyakit yang diderita ditandai dengan klien tampak gelisah, tampak tegang, sulit tidur, pandangan tidak fokus, muka merah, TD 170/96, nadi 110x/menit, pernapasan 24x/menit, skala HRS-A skor 22 (kecemasan sedang).
2. Diagnosa yang muncul adalah nyeri akut b.d hipertensi, ansietas b.d penyakit yang diderita, gangguan pola tidur b.d kecemasan.
3. Intervensi yaitu teknik relaksasi aromaterapi lavender untuk menurunkan tingkat nyeri, kecemasan dan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.
4. Implementasi yang diberikan pada klien adalah sesuai dengan intervensi yaitu memberikan aromaterapi lavender sampai masalah teratasi dan terdapat

perbedaan dengan peneletian yang terdahulu yaitu dalam segi waktu pemberian aromaterapi lavender.

5. Evaluasi menunjukkan adanya penurunan tingkat nyeri, kecemasan dan tekanan darah setelah diberikan aromaterapi lavender.

B. Saran

1. Bagi Keluarga

   Keluarga adalah orang terdekat klien, diharapkan dapat saling bekerja sama dalam merawat klien, dapat membantu klien untuk selalu dapat memperhatikan kesehatannya, mendukung agar selalu dapat melakukan relaksasi aromaterapi lavender dengan rutin, minum obat resep dari dokter dengan rutin dan memperhatikan waktu serta pola tidur klien.

2. Bagi Klien

   Diharapkan klien untuk selalu dapat memperhatikan kesehatannya, selalu melakukan relaksasi aromaterapi lavender dengan rutin, minum obat resep dari dokter dengan rutin dan memperhatikan waktu serta pola tidurnya.

3. Bagi Peneliti

   Perlu untuk menambah dan meningkatkan kemampuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan masalah berhubungan dengan ansietas (kecemasan). Perawat yang ada di tatanan pelayanan kesehatan didalam merawat pasien hipertensi tidak hanya memperhatikan masalah fisiknya saja, namun masalah psikososial juga perlu untuk diperhatikan seperti masalah ansietas.

DAFTAR PUSTAKA

Aliyah. (2020). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi di Desa Bergas Lor Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. *Artikel Ngudi Waluyo*.

Ayuningtyas. (2012). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan lansia Home Care di Wilayah Kerja Rumah Sakit Rajawali Banguntapan Bantul. *Surya Medika*.

Caturia. (2015). Effectiveness of Lavender Aromatherapy on Anxiety Level: Literature Review. *Journal Magister of Nursing*.

Fitriyah, N. (2015). Pemberian Tindakan Relakasasi (Aromaterapi Lavender Oil) Pada Asuhan Keperawatan Ny.S Sebelum Tindakan Operasi Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan di Ruang Kantil 2 RSUD Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada Surakarta*.

Hidayati, R. W. (2019). *Pengaruh Aromaterapi Lavender terahadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo.* Universitas Ngudi Waluyo: Skripsi.

Jiwo. (2012). Depresi: Panduan Bagi Pasien, Keluarga, dan Teman Dekat. . *Jurnal Kesehatan*.

Kemenkes. (2017). Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia.

Kemenkes RI. (2013). *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia.* Jakarta.

Kurniawan, I. (2018). *Hubungan Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.* Jombang: Skripsi: Prodi S1 Keperawatan STIKES Insan Cendekia Medika.

Lamadah, N. I. (2016). The Effect of Aromatherapy Massage Using Lavender Oil on the Level of Pain and Anxiety During Labour Among Primigravida.

Mariani, W. W. (2021). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Sebagai Intervensi Asuhan Keperawatan terhadap Tingkat Kecemasan pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Rajawali, XI*, 8-11.

Marliana. (2019). Hubungan Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. *Jurnal Konas Jiwa XVI Lampung*.

Pande. (2013). Pengaruh Aromaterapi Lavender terhadap Kecemasan pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Bali. *Jurnal Kesehatan STIKes Bina Husada*.

Riskesdas. (2018). Riset Kesehatan Dasar.

Satria, M. D. (2020). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Minyak Sereh Wangi Terhadap Tingkat Stress Lansia di Panti Wredha Dharma Bhakti Kasih* . Surakarta: Prodi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada .

Somayeh. (2019). The Effect of Music Therapy and Aromatherapy with Chanomile-Lavender Essential Oil on the Anxiety of Clinical Nurses: A Randomized and Double-Blind Clinical Trial. *Journal of Medicine and Life Vol 13*.

Soraya. (2014). Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Kelurahan Siantan Hulu Pontianak Utara. *Jurnal Keperawatan Tanjungpura University*.

Suriyati. (2015). Efektivitas Pemberian Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Lanjut Usia di Panti Graha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal Keperawatan Universitas Tanjungpura*.

Wulandari. (2016). Efektifitas Relaksasi Aromaterapi Lavender terhadap Penurunan Kecemasan di Posyandu Lansia Desa Plesungan Karanganyar. *Jurnal KesMadaSka*.