

ABSTRAK

Pengaruh Masase Kaki Dengan Minyak Esensial Lavender Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidoarjo

Viviana Indra Yulizar

Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Sarjana Terapan Keperawatan,
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

Email : vivianaindra8@gmail.com

Banyak penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi ini karena gejala yang tidak terlihat atau tidak ada sama sekali. Akibatnya, banyak orang menganggap hipertensi sebagai kondisi yang tidak berbahaya. Namun, kenyataannya hipertensi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal, sehingga sering disebut sebagai “silent killer” atau pembunuh secara diam-diam. Salah satu terapi non farmakologis yang mudah dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi yaitu dengan terapi masase kaki dengan minyak esensial lavender secara mandiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh masase kaki dengan minyak esensial lavender Pada penderita hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode rancangan *pra experimental* dengan *pretest posttest with nonequivalent control group design*. Penderita hipertensi pada penelitian ini sebanyak 46 masing – masing terdiri dari 23 penderita Hipertensi kelompok perlakuan dan 23 penderita Hipertensi kelompok kontrol. Masase kaki dengan minyak esensial lavender dilakukan selama 5 hari berturut - turut dengan durasi 15 - 30 menit. Hasil penelitian diperoleh terdapat perbedaan yang signifikan nilai tekanan darah antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol setelah diberikan masase kaki dengan minyak esensial lavender. Berdasarkan data hasil Uji statistic *paired T test* didapatkan (*p value* $0,000 < \alpha = 0.05$). Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat pengaruh *masase* kaki dengan minyak esensial lavender terhadap nilai tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Masase kaki, Minyak esensial lavender, Tekanan darah.

ABSTRACT

The Effect of Foot Massage with Lavender Essential Oil on Reducing Blood Pressure in Hypertensive Patients in the Working Area of Sidoarjo Community Health Center

Viviana Indra Yulizar

*Education of Professional Nurse Program, Applied Bachelor's Degree in Nursing,
Health Polytechnic Ministry of Health Surabaya*

Email : vivianaindra8@gmail.com

Many individuals with hypertension are unaware that they have the condition due to the absence of noticeable symptoms. As a result, many people underestimate the severity of hypertension, perceiving it as a harmless condition. However, the reality is that hypertension can lead to serious complications such as stroke, heart disease, and kidney failure, earning it the nickname "silent killer". One non-pharmacological therapy that can be easily performed to prevent hypertension is foot massage with lavender essential oil. This study aimed to investigate the effect of foot massage with lavender essential oil on blood pressure in hypertensive patients. A pra-experimental design with a pretest-posttest nonequivalent control group was employed. The study consisted of 46 hypertensive patients, divided into 23 patients in the treatment group and 23 patients in the control group. Foot massage with lavender essential oil was performed for 5 consecutive days, with a duration of 15-30 minutes. The results showed a significant difference in blood pressure values between the treatment and control groups after the foot massage with lavender essential oil. Statistical analysis using paired T-test revealed (p value $0,000 < \alpha = 0.05$). In conclusion, this study found that foot massage with lavender essential oil had a significant effect on reducing blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: *Foot Massage, Lavender Essential Oil, Blood Pressure*