

SKRIPSI

EFEKTIFITAS *SWEDISH MASSAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI LAVENDER DAN VCO TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat



Oleh:

NI MADE ISTRI DHAMAYANI

NIM. P07120220002

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2024**

SKRIPSI

**EFEKTIFITAS *SWEDISH MASSAGE* MENGGUNAKAN
MINYAK AROMATERAPI LAVENDER DAN VCO
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan
Keperawatan**

Oleh:

NI MADE ISTRI DHAMAYANI

NIM. P07120220002

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

EFEKTIFITAS *SWEDISH MASSAGE* MENGGUNAKAN
MINYAK AROMATERAPI LAVENDER DAN VCO
TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN
LANSIA DENGAN HIPERTENSI

Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Oleh:

NI MADE ISTRI DHAMAYANI
NIM. P07120220002

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Ketut Suardana, S.Kp, M.Kes
NIP. 196509131989031002

Pembimbing Pendamping :



I Wayan Surasta, S.Kp, M.Fis
NIP. 19612311987031015

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep. Ners. M. Kep
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

EFEKTIFITAS *SWEDISH MASSAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI LAVENDER DAN VCO TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN LANZIA DENGAN HIPERTENSI

Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Oleh:

NI MADE ISTRI DHAMAYANI

NIM. P07120220002

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN
TANGGAL : 27 MEI 2024

TIM PENGUJI :

- | | | |
|--|-----------|---|
| 1. <u>Ns. Ni Made Wedri, A.Per.Pen., S.Kep., M.Kes</u>
NIP. 19610624 198703 2 002 | (Ketua) |  |
| 2. <u>Ns I Gusti Ayu Ari Rasdini, S.Pd., S.Kep. M.Pd</u>
NIP. 195910151986032000 | (Anggota) |  |
| 3. <u>I Made Mertha, S.Kp, M.Kep</u>
NIP. 196910151993031015 | (Anggota) |  |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep. Ners.M. Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Made Istri Dhamayani
NIM : P07120220002
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2024
Alamat : Perumahan Wahyu Bernasi Buduk, Jl Rahayu VII No. 08

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Efektifitas *Swedish Massage* Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Dan VCO Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 15 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



Ni Made Istri Dhamayani

NIM. P07120220002

**THE EFFECTIVENESS OF SWEDISH MASSAGE USING LAVENDER
AROMATHERAPY OIL AND VCO ON BLOOD PRESSURE IN ELDERLY
PATIENTS WITH HYPERTENSION ELDERLY PATIENTS WITH
HYPERTENSION**

ABSTRACT

Hypertension is the disease that causes the most deaths in the world. To reduce hypertension, one of the non-pharmacological therapies that have been used is massage therapy. Swedish massage can provide a relaxation response and can reduce blood pressure. Aromatherapy oils are used either by inhalation or with massage techniques. Linalool and linalyl acetate contained can relax. The purpose of this study was to determine the effectiveness of swedish massage using lavender aromatherapy oil on blood pressure in elderly patients with hypertension at UPTD Puskesmas I West Denpasar. Quasy-experimental research design with the type of research used to pretest and posttest non-equivalent control group and with purposive sampling method the number of respondents was 24 people. The results showed that the average pre-test systole blood pressure was 150.90 mmHg diastole pre-test 92.91 mmHg and post-test systole blood pressure 146.30 mmHg diastole post-test 88.40 mmHg. Hypothesis testing using paired t-test and obtained systolic p value = 0.009 and diastolic p value = 0.006, it can be concluded that there is an effect of swedish massage using lavender aromatherapy oil on blood pressure in elderly patients with hypertension at UPTD Puskesmas I West Denpasar. Based on this, it is hoped that swedish massage with lavender aromatherapy oil can be applied as a non-pharmacological treatment to lower blood pressure.

Keywords: *Swedish massage, lavender oil, hypertension*

**EFEKTIFITAS *SWEDISH MASSAGE* MENGGUNAKAN MINYAK
AROMATERAPI LAVENDER DAN VCO TERHADAP TEKANAN
DARAH PADA PASIEN LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT**

ABSTRAK

Hipertensi adalah penyakit yang paling banyak menyebabkan kematian di dunia. Dalam upaya menurunkan tekanan darah salah satu terapi non farmakologis yang telah digunakan adalah terapi pijat. *Swedish massage* dapat memberikan respon relaksasi dan mampu menurunkan tekanan darah. Minyak aromaterapi yang digunakan baik secara inhalasi ataupun dengan teknik pijatan. Linalool dan linalyl asetat yang terkandung dapat membuat rileks. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektifitas *swedish massage* dengan menggunakan minyak aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat. Desain penelitian *quasy-experimental* dengan jenis penelitian yang digunakan *pretest and posttest non equivalent control group* dan dengan metode *purposive sampling* jumlah responden 24 orang. Hasil penelitian didapatkan rata-rata tekanan darah systole *pre-test* 150,90 mmHg diastole *pre-test* 92,91 mmHg dan tekanan darah systole *post-test* 146,30 mmHg diastole *post-test* 88,40 mmHg. Uji hipotesis dengan menggunakan uji *paired t-test* dan diperoleh hasil sistolik *p value* = 0,009 dan diastolic *p value* = 0,006 maka dapat disimpulkan *swedish massage* dengan menggunakan minyak aromaterapi lavender efektif terhadap tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat. Berdasarkan hal tersebut, diharapkan *swedish massage* dengan minyak aromaterapi lavender dapat diterapkan sebagai pengobatan non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah.

Kata kunci : *Swedish massage*, minyak lavender, hipertensi

RINGKASAN PENELITIAN

EFEKTIFITAS *SWEDISH MASSAGE* MENGGUNAKAN MINYAK AROMATERAPI LAVENDER DAN VCO TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS I DENPASAR BARAT

Oleh : Ni Made Istri Dhamayani

Hipertensi adalah salah satu penyakit yang paling banyak menyebabkan kematian di dunia atau yang dikenal dengan *the silent killer*. Hipertensi terus menjadi masalah sosial ekonomi dan kesehatan di seluruh dunia (Deussen & Kopaliani, 2023). Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak diderita oleh para lansia dengan efek dari peningkatan tekanan darah yang terus menerus di atas normal menunjukkan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. (Marhabatsar & Sijid, 2021).

Pada tahun 2021, data profil kesehatan Bali menunjukkan bahwa provinsi Bali memiliki 555.184 orang yang menderita hipertensi yang berusia lebih dari 15 tahun, dengan 272.716 orang laki-laki dan 282.468 orang perempuan dan Kota Denpasar berada di peringkat pertama di Bali dengan tingkat hipertensi tertinggi berdasarkan 8 kabupaten 1 kota (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2021).

Dalam upaya untuk mengurangi tekanan darah salah satu terapi non-farmakologis yang telah digunakan adalah terapi pijat. Salah satu terapi pijat yang dapat dilakukan adalah terapi pijat swedia. Terapi pijat swedia atau disebut *swedish massage* ini merupakan salah satu terapi komplementer yang diyakini dapat memberikan respon relaksasi, selain itu juga mampu menurunkan tekanan darah yang diakibatkan oleh stres. Teknik pijat Swedia diantaranya ; effleurage (menyentuh dengan lembut), petrissage (meremas otot), friction (gerakan menggosok melingkar), tapotement (gerakan perkusi) dan vibration (getaran) (Adawiyah et al., 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dengan menggunakan

minyak aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *quasy-experiment* dan Design yang digunakan *pretest and posttest non equivalent with controlgroup* dengan intervensi swedish massage dengan menggunakan minyak aromaterapi lavender yang dilakukan oleh peneliti kepada responden dengan pertemuan sebanyak enam kali dalam waktu tiga minggu dengan durasi pemberian selama 20 menit. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan 1-21 April 2024.

Hasil penelitian diperoleh bahwa karakteristik responden berdasarkan usia pada kelompok perlakuan dan kontrol usia yang paling teratas adalah 60-65 tahun. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin lebih banyak yaitu 14 orang perempuan. Karakteristik berdasarkan pendidikan bahwa responden dengan pendidikan lebih banyak SMA 15 orang. Hasil rata – rata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan pada kelompok perlakuan yaitu 150,90 mmHg setelah perlakuan 146,30 mmHg dan hasil rata – rata tekanan darah diastolic sebelum diberikan perlakuan yaitu 92,91 mmHg setelah perlakuan 88,40 mmHg. Sehingga didapatkan selisih rata- rata tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 4,60 mmHg dan selisih rata – rata tekanan darah diastolic sebelum dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 4,51 mmHg. Tampak adanya penurunan antara tekanan darah pre test dan post test. Hasil uji statistic menggunakan uji *paired t test* menunjukkan bahwa terdapat penurunan antara tekanan darah sistolik dan diastolic sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan nilai sistolik *p value* 0,009 dan diastolic 0,006. Hal ini menunjukkan bahwa *p value* < (0,05). Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh swedish massage dengan menggunakan minyak aromaterapi lavender terhadap tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi.

Penelitian menunjukkan bahwa swedish massage dengan menggunakan minyak aromaterapi lavender terhadap tekanan darah efektif dalam menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Rekomendasi penulis untuk mengintegrasikan terapi non-farmakologis ini dalam praktik kesehatan, terutama bagi perawat.

KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur dihadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa karena atas karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat ” dengan tepat waktu dan sesuai dengan rencana. Penyelesaian skripsi merupakan salah satu syarat dalam penyelesaian Program Studi S.Tr Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan, kritik, saran serta kerendahan hati, Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak – pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini :

1. Ibu Dr. Sri Rahayu,S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberika kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Bapak Ners. I Made Sukarja.S.Kep.M.Kep , selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Ns. Nengah Runiari, S.Kp.,M.Kep.,SP.Mat. selaku Kaprodi S.Tr Keperawatan yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar serta atas dukungan moral dan perhatian yang diberikan kepada penulis.

4. Bapak I Ketut Suardana, S.Kp, M.Kes, selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan waktu, arahan, serta tenaga untuk membimbing hingga skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik.
5. I Wayan Surasta, S.Kp, M.Fis selaku pembimbing pendamping yang telah telah memberikan waktu, masukan, serta tenaga untuk membimbing hingga skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik
6. Dr. K.A.Henny Achjar, SKM. M.Kep, SP.KOM selaku dosen pembimbing akademik yang memberika dukungan dan saran yang membangun serta mendorong untuk tetap semangat dalam menempuh pendidikan dan mengerjakan skripsi penelitian ini di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar
7. Kepala beserta staf Puskesmas I Denpasar Barat yang telah memberikan kesempatan dan memberikan bantuan kepada peneliti dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini.
8. Keluarga dan semua sahabat yang selalu mendukung dengan segala kemampuan dan memberikan dukungan berupa materi, moral serta doa dari awal perkuliahan sampai terselesaikannya skripsi ini.
9. Seluruh pihak yang bersedia membantu untuk kelancaran penyelesaian skripsi ini yang tidak mampu penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan keterbatasan, untuk itu penulis menerima kritik dan saran demi perbaikan selanjutnya.

Denpasar, 12 Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Dasar Lanjut Usia	8
B. Konsep Dasar Hipertensi.....	10
C. <i>Swedish Massage</i>	20
D. Minyak Aromaterapi	26
E. Virgin Coconut Oil (VCO)	28
BAB III KERANGKA KONSEP.....	29
A. Kerangka Konsep	29
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel.....	30
C. Hipotesis.....	32
BAB IV METODELOGI PENELITIAN.....	33
A. Jenis Penelitian	33
B. Alur Penelitian	34

C. Tempat dan Waktu Penelitian	35
D. Populasi dan Sampel	35
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	38
F. Pengolahan dan Analisis Data	41
G. Etika Penelitian	44
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Hasil Penelitian	46
B. Pembahasan.....	54
C. Kelemahan.....	61
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	62
A. Simpulan	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Klasifikasi Tekanan Darah.....	11
Tabel 2 Kontraindikasi.....	21
Tabel 3 Definisi Operasional Pengaruh Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.....	31
Tabel 4 Karakteristik Responden Lansia Dengan Hipertensi Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.....	47
Tabel 5 Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Swedish Massage Yang Diberi Minyak Lavender Pada Kelompok Perlakuan.....	49
Tabel 6 Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Swedish Massage Yang Tidak Diberi Minyak Lavender Pada Kelompok Kontrol	49
Tabel 7 Hasil Uji Normalitas Perlakuan Dan Kontrol.....	50
Tabel 8 Hasil Uji Hipotesis Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Swedish Massage Kelompok Perlakuan	51
Tabel 9 Hasil Uji Hipotesis Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Swedish Massage Kelompok Kontrol	52
Tabel 10 Uji Beda Tekanan Darah Sistolik Perlakuan Dan Kontrol	53
Tabel 11 Uji Beda Tekanan Darah Diastolik Perlakuan Dan Kontrol	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Effleurage	24
Gambar 2 Petrissage	24
Gambar 3 Friction	25
Gambar 4 Vibration.....	25
Gambar 5 Tapotement	26
Gambar 6 Kerangka konsep Pengaruh Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2024.....	29
Gambar 7 Desain Penelitian Pengaruh Swedish Massage dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender terhadap Tekanan Darah Pada lansia dengan Hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2024.	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Pengaruh Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.....	70
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Pengaruh Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	71
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	73
Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan	74
Lampiran 5 Lembar Pengumpulan Data.....	78
Lampiran 6 Standar Prosedur Operasional Swedish Massage	79
Lampiran 7 Standar Prosedur Operasional Pengukuran Tekanan Darah	82
Lampiran 8 Master Tabel Pengaruh Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.....	85
Lampiran 9 Hasil Analisa Univariat dan Bivariat Pengaruh Swedish Massage Dengan Menggunakan Minyak Aromaterapi Lavender Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	89
Lampiran 10 Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	96
Lampiran 11 Surat Ijin Pengambilan Data	97
Lampiran 12 Lembar Persetujuan Etik.....	99
Lampiran 13 Surat Ijin Penelitian	100
Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi	102
Lampiran 15 Sertifikat Enumerator	103
Lampiran 16 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	104
Lampiran 17 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi	105
Lampiran 18 Hasil Turnitin	106