

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER
TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA
HIPERTENSI

SKRIPSI



OLEH

RIKA BUDI AGUSTIANAH

9103014029

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2018

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjanah
Keperawatan



OLEH

RIKA BUDI AGUSTIANAH

9103014029

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2018

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : RIKA BUDI AGUSTIANAH

NRP : 9103014029

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf kepada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran

Surabaya, 1 Juli 2018

Yang membuat pernyataan,



Rika Budi Agustianah

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

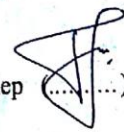
**PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP
TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI.**

Oleh :

Rika Budi Agustianah

NRP : 9103014029

Pembimbing utama : Yesiana Dwi W. W S.Kep., Ns, M.Kep



Pembimbing pendamping : Linda Juwita S.Kep., Ns, M.Kep



Surabaya, ... 4 Juli 2018

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN

PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : RIKA BUDI AGUSTIANAH

NRP : 9103014029

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya :

Judul : Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 2 Juli 2018

Yang menyatakan



Rika Budi Agustianah

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI.

Skripsi yang ditulis oleh Rika Budi Agustianah NRP 9103014029 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal.. 16 Juni 2018 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Ketua : Maria Manungkalit .,S.Kep., Ns, M.Kep

(.....)

Sekretaris :M.T Arie Lilyana S.Kep., Ns, M.Kep. Sp.Kep.M.B

(.....)

Anggota :Yesiana Dwi W. W S.Kep., Ns, M.Kep

(.....)

Anggota : Linda Juwita S.Kep., Ns, M.Kep

(.....)

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keperawatan



Dr. dr. B. Mandoko Daeng, Sp.KJ(K)
NIK.911.08.0624

Persembahan

*Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya dan
orang-orang yang mengasahi saya.*

*Kepada teman-teman saya yang turut mendukung dan
menemani saya dalam segala prosesnya*

Motto

If you can dream it, you can do it
(Walt Disney)

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang maha pengasih dan penyayang, atas segala berkat dan limpahan karunianya, skripsi penelitian dengan judul **“Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi”** ini dapat selesai dengan tepat waktu. skripsi ini merupakan tugas akhir yang menjadi bukti bahwa kami telah melalui berbagai tahap belajar di perguruan tinggi.

Skripsi ini telah melalui proses konsultasi dengan pembimbing I maupun pembimbing II, dengan berbagai masukan dan revisi. Oleh karena itu saya sebagai mahasiswa fakultas keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya mengucapkan trimakasih kepada :

1. Dr. dr B. Handoko Daeng Sp.KJ (K) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani S.Kep., Ns, M.Kep selaku Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya dan pembimbing utama.
3. Ibu Linda Juwita S.Kep., Ns, M.Kep selaku pembimbing pendamping.
4. Ibu Maria Manungkalit S.Kep., Ns, M.Kep selaku pembimbing akademik 2014 Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
5. Kedua orang tua saya yang telah mendukung saya dalam prosesnya.
6. Kepada seluruh teman yang mendukung saya dalam proses menjadi seperti saat ini.

7. Kepada seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya guna berpartisipasi dalam penelitian ini.

Sebagai akhir kata, saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas bimbingan bapak dan ibu selama ini. Saya menyadari kurang saya dalam skripsi penelitian ini. Oleh karena itu saya berharap agar skripsi ini selanjutnya dapat bermanfaat bagi masyarakat.

Surabaya, 4 Juli 2018

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI	iii
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN & MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat	5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Hipertensi	6
2.1.1 Definisi Hipertensi	6
2.1.2 Klasifikasi Hipertensi	6
2.1.3 Faktor Penyebab Hipertensi	6
2.1.3.1 Faktor Yang Tidak Dapat Di Ubah	6
2.1.3.2 Faktor Yang Dapat Di ubah	8
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi	9
2.1.5 Manifestasi Klinis	11

2.1.6	Pemeriksaan Penunjang	11
2.1.7	Penatalaksanaan Medis	13
2.1.8	Komplikasi	14
2.2	Konsep Dasar Stres	15
2.2.1	Definisi Stres	15
2.2.2	Macam-Macam Stres	16
2.2.3	Sumber Pengalaman Stres	16
2.2.4	Daya Tahan Stres	17
2.2.5	Stresor Sebagai Penyebab Stres	18
2.2.6	Tahapan Stres	18
2.2.7	Tingkatan Stres dan instrument pengukuran	21
2.2.8	Patofisiologi	22
2.2.9	Tanda-Tanda Stres	23
2.2.10	Respon fisiologi Terhadap Stres	24
2.2.11	Respon Terhadap Stres	26
2.2.12	Reaksi Tubuh Terhadap Stres	27
2.2.13	Penatalaksanaan Stres	29
2.3	Konsep Dasar Aromaterapi	30
2.3.1	Definisi Aromaterapi	30
2.3.2	Cara Penggunaan Aromaterapi	30
2.3.3	Efek Aromaterapi Terhadap Kesehatan	33
2.3.4	Bentuk Aromaterapi	34
2.3.5	Cara Kerja Aromaterapi	34
2.3.6	Jenis Aromaterapi Lavender	35
2.3.7	Keamanan Dari Aromaterapi	35
2.4	Hubungan Pemberian Aromaterapi Terhadap Tingkat Stres Pada Penderita Hipertensi	36

BAB 3 KERANGKA KONSEP

3.1	Kerangka Konsep	37
3.2	Hipotesis	38

BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN

4.1	Desain Penelitian	39
4.2	Identifikasi Variabel Penelitian	40
4.2.1	Variabel Independen	40
4.2.2	Variabel Dependen	40
4.3	Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
4.4	Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengambilan Sampel	43

4.4.1 Populasi	43
4.4.2 Sampel	43
4.4.3 Sampling	44
4.4 Kerangka Kerja Penelitian	45
4.5 Metode Pengumpulan Data	46
4.5.1 Metode Pengumpulan Data	46
4.5.2 Alat Ukur Dan Instrumen	48
4.6 Waktu Dan Lokasi Penelitian.....	48
4.7 Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur	49
4.7.1 Validitas	49
4.7.2 Reliabilitas.....	49
4.8 Teknik Analisa Data	50
4.7 Etika Penelitian	52

BAB 5 HASIL PENELITIAN

5.1 karakteristik Penelitian	54
5.1 Hasil penelitian.....	55
5.1.1 Data Umum	55
5.1.2 Data Khusus	59
5.1.2.1 Data Pengukuran Tingkat Stres.....	59
5.1.2.2 Uji Hipotesis.....	60

BAB 6 HASIL PEMBAHASAN

6.1 Tingkat Stres Sebelum Diberikan Aromaterapi Lavender	62
6.2 Tingkat Stres Setelah Diberikan Aromaterapi Lavender	65
6.3 Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender	68

BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan	71
7.2 Saran	71
DAFTAR PUSTAKA	72
Lampiran	76

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Pada Dewasa Dengan Usia ≥ 18 Tahun (JNC VIII Tahun 2014)	6
Tabel 2.2 Klasifikasi Dan Pengelolaan Tekanan Darah Untuk Orang Dewasa (JNC VIII Tahun 2008)	13
Tabel 2.3 <i>Guidline</i> hipertensi <i>evidence-based</i> berfokus pada 3 paling tinggi dari panel yang diidentifikasi melalui teknik modifikasi <i>Delphi</i>	<i>ranking</i> 14
Tabel 4.1 Definisi Operasional Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stres Penderita Hipertensi	41
Tabel 4.2 Kisi-Kisi Kuisioner Perceived Stress Scale (PSS)	48
Tabel 5.1 Tabulasi Tingkat Stres Sebelum Dan Sesudah Diberikan Aromaterapi Lavender	60
Tabel 5.2 Uji Hipotesis Dengan Wilcoxon Sign Rank Test	60

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 3.1 Kerangka KONSEP Penelitian Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi	37
Gambar 4.1 Desain Penelitian (<i>One-Group Pre-Post Test Design</i>) Pada Penelitian Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi	39
Gambar 4.2 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kedungdoro Surabaya	45
Gambar 5.1 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	55
Gambar 5.2 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	55
Gambar 5.3 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	56
Gambar 5.4 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	56
Gambar 5.5 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Lama Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	57
Gambar 5.6 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Status Pernikahan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	57
Gambar 5.7 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Kondisi Tinggal Bersama Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	58
Gambar 5.8 Diagram <i>Pie</i> Data Responden Berdasarkan Pola Konsumsi Obat Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungdoro Pada Bulan Mei 2018	58

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Lembar Permintaan Menjadi Responden	76
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	77
Lampiran 3 Lembar Data Demografi	78
Lampiran 4 Kuesioner PSS	79
Lampiran 5 SOP Pemberian Aromaterapi Lavender	81
Lampiran 6 Surat Ijin Survei Awal & Penelitian Dari Fakultas Keperawatan	82
Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas Keperawatan	83
Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian Ke Puskesmas Kedungdoro	84
Lampiran 9 Surat Ijin Survei Awal & Penelitian Dari Bangkesbangpol	85
Lampiran 10 Surat Ijin Penelitian Dari Bangkesbangpol	86
Lampiran 11 Surat Ijin Survei Awal & Penelitian Dari Dinas Kesehatan Kota Suabaya	87
Lampiran 12 Surat Ijin Penelitian Dari Dinas Kesehatan Kota Suabaya	88
Lampiran 13 Surat Ijin Pernyataan Kalibrasi tensi Digital	89
Lampiran 14 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas	90
Lampiran 15 Tabel (r) Hitung	92
Lampiran 16 Hasil Uji Wilcoxon Sign Rank Test	93
Lampiran 17 Tabulasi Data Penelitian	94

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI

Oleh : Rika Budi Agustianah

Hipertensi adalah gangguan kardiovaskuler yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik yang terjadi secara intermiten. Terdapat faktor hipertensi yang dapat di ubah, salah satunya stres. Stres dapat diubah melalui teknik terapi komplementer, salah satunya dengan aromaterapi. Aromaterapi yang efektif adalah aromaterapi lavender. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan adanya perubahan tingkat stres sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender. Desain penelitian ini adalah *pra-pasca test* dengan pendekatan *one group pre-post design*. Jumlah responden dalam penelitian sebanyak 38 orang yang di pilih dengan menggunakan teknik *purposive sample* di wilayah kerja Puskesmas Kedungdoro Surabaya. Sebagai alat ukur digunakan kuesioner tingkat stres *perceived stres scale* (PSS-10) dengan jumlah pertanyaan 10 butir pertanyaan. Responden diberikan kuesioner untuk mengukur tingkat stres sebelum dan sesudah. Intervensi dilakukan selama 4 minggu dengan setiap minggu sekali pertemuan, dengan durasi pemberian aromaterapi selama 15 menit, dan dilakukan dengan teknik inhalasi. Hasil uji *wilcoxon signed rank test* didapatkan p-Value = 0,000 yang menunjukan terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap tingkat stres pada penderita hipertensi. Hal ini dapat terjadi karena ketika seseorang menghirup aromaterapi maka akan meningkatkan gelombang alfa di dalam otak dan gelombang akan menciptakan efek relaks. Meneteskan aromaterapi lavender sebanyak 5 tetes ke tissue dapat mengurangi tingkat stres.

Kata kunci : Aromaterapi Lavender, Tingkat Stres, Penderita Hipertensi

ABSTRACT

EFFECT OF LAVENDER AROMATHERAPY ON STRESS LEVEL ON HYPERTENSION PATIENTS

By: Rika Budi Agustianah

Hypertension is a cardiovascular disorder characterized by elevated intermittent systolic and diastolic blood pressures. There are factors that can be changed hypertension, one of them stress. Stress can be changed through complementary therapeutic techniques, one of them with aromatherapy. Aromatherapy is an effective lavender aromatherapy. This study aims to prove the existence of changes in stress levels before and after given lavender aromatherapy. The design of this study is pre-post test with one group pre-post design approach. The number of respondents in the study were 38 people selected by using purposive sample technique in the working area of Kedungdoro Community Health Center of Surabaya. As a measurement tool used a stress level perceived stress questionnaire (PSS-10) with the number of questions 10 questions. Respondents were given a questionnaire to measure stress levels before and after. Interventions were performed for 4 weeks with each weekly meeting, with a duration of 15 minutes of aromatherapy, and performed with inhalation techniques. Result of test Wilcoxon signed rank test obtained p-Value = 0,000 which shows there is influence of lavender aromatherapy giving to stress level in patient of hypertension. This can happen because when a person inhaling aromatherapy it will increase alpha waves in the brain and waves will create a relaxing effect. Dripping lavender aromatherapy as much as 5 drops to the tissue can reduce stress levels.

Keywords: Lavender Aromatherapy, Stress Level, Hypertension Patients

DAFTAR ISI ARTIKEL ILMIAH HASIL PENELITIAN

	Halaman
HALAMAN JUDUL	96
HALAMAN PERSETUJUAN	97
ABSTRAK	98
ABSTRACT	99
PENDAHULUAN	100
METODE PENELITIAN	101
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	102
KESIMPULAN DAN SARAN.....	105
KEPUSTAKAAN	106
BIODATA PENELITI	107