

**ABSTRAK**  
**PENGARUH KOMBINASI AROMATERAPI LAVENDER DAN  
HAND MASSAGE TERHADAP PERUBAHAN KECEMASAN, TEKANAN  
DARAH DAN KORTISOL PADA PASIEN HIPERTENSI**

Oleh : Rizky Asta Pramesti Rini

**Pendahuluan** : Kecemasan merupakan salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi hipertensi. Kecemasan dapat mengaktifkan sistem saraf otonom, simpatis dan parasimpatis, merangsang jantung dan pembuluh darah sehingga memberikan efek nafas menjadi dalam, nadi meningkat dan tekanan darah meningkat. Salah satu penatalaksanaan non farmakologis yang dapat diberikan pada pasien hipertensi adalah kombinasi aromaterapi lavender dan *hand massage*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh kombinasi aromaterapi lavender dan *hand massage* terhadap perubahan kecemasan, tekanan darah dan kortisol. **Metode**: Penelitian menggunakan quasi eksperimental dengan pre-post test kontrol group design. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Penelitian ini dilakukan pada kelompok intervensi di Puskesmas Sugio (n=17) dan pada kelompok kontrol di Puskesmas Kedungpring (n=17). Dengan kriteria inklusi laki-laki dan perempuan usia 40-60, tekanan darah > 130 mmHg, patuh minum obat, tidak memiliki alergi kulit, tidak ada luka ditangan, hipertensi lebih dari dua bulan. Data dikumpulkan dengan kuesioner HARS untuk mengetahui penurunan nilai kecemasan, pengukuran tekanan darah dengan tensimeter digital dan pengambilan darah vena untuk pengukuran kadar kortisol darah. Data dianalisis dengan menggunakan *Paired T tes* dan *independent t tes*. **Hasil dan Analisis** : hasil penelitian pada variabel kecemasan didapatkan  $p=0,004$  ( $p<0,05$ ) dapat diartikan terdapat perbedaan setelah diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan hand massage, variabel tekanan darah sistol  $p=0,002$ , tekanan darah diastol  $p=0,004$ , MAP  $p=0,006$  ( $p<0,05$ ) diartikan terdapat perbedaan. Variabel kortisol didapatkan hasil  $p=0,040$  ( $p<0,05$ ) dapat diartikan terdapat perbedaan yang bermakna pada kadar kortisol pada pasien hipertensi yang diberikan kombinasi aromaterapi lavender dan *hand massage*. **Kesimpulan**: setelah dilakukan kombinasi aromaterapi lavender dan *hand massage* terhadap penurunan kecemasan, tekanan darah dan kortisol pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci** : Aromaterapi Lavender, Hand Massage, Kecemasan, Tekanan darah

**ABSTRACT**  
**THE EFFECT OF COMBINATION OF LAVENDER**  
**AROMATHERAPY AND HAND MASSAGE ON CHANGES IN ANXIETY,**  
**BLOOD PRESSURE AND CORTISOL IN HYPERTENSION PATIENTS**  
By: Rizky Asta Pramesti Rini

**Introduction:** Anxiety is one of the psychological factors affecting hypertension. Anxiety can activate the autonomic, sympathetic and parasympathetic nervous system which might stimulates heart and blood vessels to caused deep breath effect and increase in pulse and blood pressure. One of the non-pharmacological treatments to treat hypertension is through combination of lavender aromatherapy and hand massage. This study aims to determine the effect of combination of lavender aromatherapy and hand massage on changes in anxiety, blood pressure and cortisol. **Method:** This research was a quasy experimental research design with pre-post test control group design. Sampling technique was purposive sampling. The research was conducted at the Sugio Health Center and Kedungpring Health Center who divided into 2 groups: the intervention group (n = 17) and the control group (n = 17). The data were collected through the HARS questionnaire to determine the decrease in anxiety values. Blood pressure was measured by digital blood pressure monitor and venous blood sampling was for measurement of blood cortisol levels. The data were analyzed using Paired T test and independent t tes. **Results and Analysis:** the results of the study on anxiety variable obtained  $p = 0.004$  ( $p < 0.05$ ) which can be interpreted that it had significant difference after given combination of lavender aromatherapy and hand massage, systolic blood pressure variable obtained  $p = 0.002$ , diastolic blood pressure variable obtained  $p = 0.004$ , MAP  $p = 0.006$  ( $p < 0.05$ ) which indicated significant difference. The results of the variable cortisol obtained  $p = 0.040$  ( $p < 0.05$ ) which can be interpreted that there was significant difference in hypertension patients after given combination of lavender aromatherapy and hand massage. **Discussion and Conclusion:** there is an effect of combination of lavender aromatherapy and hand massage on the decrease of anxiety, blood pressure and cortisol in hypertension patients.

**Keywords:** Lavender Aromatherapy, Hand Massage, Anxiety, Blood Pressure