

**PERBANDINGAN AROMATERAPI BUNGA KENANGA MEDIA DIFFUSER  
DENGAN AROMATERAPI BUNGA KENANGA SEGAR TERHADAP  
TEKANAN DARAH LANSIA PENDERITA HIPERTENSI  
DI GRIYA KHUSNUL KHOTIMAH**

**SKRIPSI**



**Oleh:  
SUSANTI RAMBU KABA  
2019610022**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI  
MALANG  
2024**

## RINGKASAN

Kerusakan jaringan disebabkan oleh efek hipertensi, yang mempunyai banyak dampak terkait dengan kondisi tersebut. Penelitian dilakukan di Griya Husnul Khotimah Kota Malang dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas media diffuser aromaterapi bunga kenanga segar dan media diffuser kenanga kenanga dalam menurunkan tekanan darah pada pasien lanjut usia dengan hipertensi. Kelompok kontrol yang tidak merata dan dua kelompok dipekerjakan dalam penelitian ini, baik sebelum dan sesudah ujian. Dari populasi tiga puluh tiga lansia, delapan belas responden dipilih dengan menggunakan teknik purposive sample. Dengan menggunakan diffuser, sembilan pasien lansia mendapatkan aromaterapi bunga kenanga, sedangkan sembilan pasien lansia lainnya mendapatkan aromaterapi bunga kenanga segar. Dengan demikian, dua kelompok dihilangkan dari sampel. Alat yang digunakan adalah monitor tekanan darah digital. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Mann-Whitney. Berdasarkan hasil penelitian, sebelum mendapatkan aromaterapi bunga kenanga segar, hampir seluruh responden (77,8%) memiliki tekanan darah pada kelompok hipertensi derajat I, dan lebih dari separuh (44,4%) responden memiliki tekanan darah dalam kategori yang sama. sebelum melakukan aromaterapi dengan bunga kenanga menggunakan diffuser. Setelah mendapat media aromaterapi bunga kenanga segar dengan diffuser, lebih dari separuh (44,4%) responden memiliki tekanan darah dalam kategori pra hipertensi dibandingkan pada lansia. Khasiat media aromaterapi bunga kenanga segar dan media diffuser aromaterapi kenanga berbeda pada pasien hipertensi lanjut usia, menurut hasil uji Mann-Whitney ( $p$  value = 0,000), kelompok aromaterapi bunga kenanga segar menunjukkan hasil yang lebih baik. menurunkan tekanan darah pada kelompok aromaterapi kenanga dibandingkan dengan media diffuser. Para peneliti kemudian menyarankan para lansia untuk mengurangi makanan tinggi garam selama kegiatan penelitian untuk membantu menurunkan tekanan darah mereka menjadi normal.

***Kata Kunci: Aromaterapi Bunga Kenanga Segar, Aromaterapi Bunga Kenanga Diffuser, Hipertensi, Lansia, Tekanan Darah.***

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Hipertensi mengacu pada tekanan darah tinggi yang ditandai dengan tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Sebagaimana diungkapkan oleh Kumanan, Guruparan, & Sreeharan (2018), hipertensi dikenal sebagai “silent killer” karena sering kali hanya menunjukkan sedikit atau tanpa gejala sama sekali. Sebagaimana dicatat oleh Organisasi Kesehatan Dunia pada tahun 2013, Banyak penderita hipertensi juga memiliki faktor risiko kesehatan lain yang meningkatkan peluang mereka terkena serangan jantung, stroke, dan gagal ginjal, yang selanjutnya memperburuk dampak buruk dari kondisi tersebut terhadap kesehatan mereka.

Di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, 1,28 juta orang berusia antara 30 dan 79 tahun menderita hipertensi, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2021). Kementerian Kesehatan (2019). Indonesia kini memiliki 34,11% lebih banyak penderita hipertensi dibandingkan tahun 2018 (265.015.300), menurut statistik Riskesdas. Menurut Dinas Kesehatan Kota Malang (2021), tercatat 40.129 kasus hipertensi di Malang pada tahun 2021, dan 36,32% dari 39.500.851 penduduk yang tinggal di Jawa Timur.

Perubahan sistem kardiovaskular yang berkaitan dengan usia, seperti penebalan dan sklerosis pada katup aorta dan mitral, dapat menyebabkan hipertensi pada lansia. Menurut Nugroho (2013), sehingga miokardium menjadi kaku dan berkontraksi lebih sedikit sehingga menyebabkan jantung berdetak lebih cepat.

Menurut Supriyanto (2019), ada dua variabel yang berhubungan dengan hipertensi: faktor gaya hidup seperti merokok dan kebiasaan makan yang tidak sehat, serta faktor tetap seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga.

Penting untuk mempertimbangkan faktor risiko dan lingkungan saat mencoba menghentikan hipertensi agar tidak bertambah parah sehingga tidak berkembang menjadi penyakit jantung atau pembuluh darah yang berpotensi mematikan. Kompleksitas perilaku dan gaya hidup masyarakat mempunyai peranan penting dalam etiologi hipertensi, selain faktor keturunan. Faktor risiko perilaku ini antara lain kelebihan berat badan, merokok, minum alkohol berlebihan, tidak berolahraga, dan menjaga pola makan tidak sehat. Seperti yang dikemukakan oleh Solochah dkk. (2017), Tortora & Derrickson (2009).

Setiap tahunnya, prevalensi hipertensi meningkat dan harus segera diobati. Perawatan untuk hipertensi berkisar dari non-farmakologis hingga farmasi. Menurut Potter dan Perry (2015), terapi non-farmakologis meliputi makan lebih banyak buah dan sayuran, berolahraga, mengurangi garam, menurunkan berat badan, dan berhenti merokok, sedangkan pengobatan farmasi melibatkan penggunaan obat tekanan darah. Memberikan aromaterapi sebagai jenis pengobatan non-farmakologis sangatlah praktis dan berhasil.

Aromaterapi, sebagaimana didefinisikan oleh Saputra dkk. (2018), adalah penggunaan minyak esensial aromatik untuk meningkatkan atau menjaga kesejahteraan mental dan fisik. Menghirup molekul volatil yang mengandung komponen aromatik selama aromaterapi meningkatkan daya ingat dan respons emosional sekaligus meningkatkan aliran darah dan menciptakan pengalaman yang menenangkan dan menyenangkan (Jain, 2011). Sebab bunga kenanga selain asam

benzoat juga mengandung farnesol, geraniol, linalool, bensin asetat, eugenol, safrole, kadinen, dan pinene (Sharma, 2008).

Ni Made Kenia dan Dian Taviyanda (2013) menemukan bahwa setelah tes tekanan darah pertama tanpa aromaterapi, tekanan darah kelompok eksperimen meningkat secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. Zulmi (2016) juga menemukan bahwa pasien lanjut usia yang mendapat aromaterapi dengan bunga dilaporkan merasa lebih nyaman dan memiliki waktu tidur lebih banyak. Mayoritas peserta studi tahun 2013 yang dilakukan oleh Ahmad Ali Majidi dan Farida Juanita mengamati penurunan tekanan darah dari tingkat 2 ke tingkat 1, yang menunjukkan kemanjuran aromaterapi bunga kenanga. Pendekatan aromaterapi dengan bunga kenanga segar dan diffuser dipilih, meskipun biaya dan kepraktisan bunga kenanga segar mungkin harus diperhitungkan.

Berdasarkan penelusuran pertama penulis yang dilakukan pada bulan September 2023 di Panti Griya Husnul Khotimah, terdapat 33 warga lanjut usia di Kabupaten Malang yang usianya bervariasi antara 50 hingga 80 tahun. Penulis melakukan wawancara dengan perawat di Panti Jompo Griya Husnul Khotimah. di wilayah Malang dan menemukan bahwa terapi nonfarmakologis untuk hipertensi seperti aromaterapi tidak diajarkan kepada lansia. Satu-satunya pengobatan hipertensi yang diberikan kepada lansia adalah pengobatan dan pendidikan. Mengingat permasalahan yang disebutkan di atas, penulis berinisiatif untuk melakukan penelitian “Perbandingan Aromaterapi Bunga Kenanga Media Diffuser Dengan Aromaterapi Bunga Kenanga Segar Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Griya Husnul Khotimah”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas maka peneliti merumuskan “apakah ada pengaruh Perbandingan Aromaterapi Bunga Kenanga Media Diffuser Dengan Aromaterapi Bunga Kenanga Segar Terhadap Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi Di Panti Griya Husnul Khotimah 2023” .

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membandingkan pengaruh terhadap tekanan darah penggunaan medium diffuser dan aromaterapi bunga kenanga segar pada populasi lansia pasien hipertensi di Rumah Griya Husnul Khotimah.

### 2. Tujuan Khusus

- 1) Penderita hipertensi lanjut usia di Griya Husnul Khotimah Kota Malang pada tahun 2023 dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum mendapat aromaterapi bunga kenanga segar melalui diffuser.
- 2) Di Griya Husnul Khotimah Kota Malang Tahun 2023, dilakukan pengukuran tekanan darah pasien hipertensi lanjut usia setelah mendapat aromaterapi bunga kenanga segar dan medium diffuser.
- 3) Kajian efektivitas relatif diffuser aromaterapi dan diffuser bunga kenanga segar pada pasien hipertensi stadium akhir di Griya Husnul Khotimah Kota Malang Tahun 2023.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1. Institusi Pendidikan

Informasi lebih detail mengenai pengaruh pemberian aromaterapi diffuser media bunga kenanga segar di Griya Husnul Khotimah Kota Malang Tahun

2023 terhadap tekanan darah pasien hipertensi lanjut usia diharapkan dapat diperoleh dari penelitian ini, baik sebelum maupun sesudah terapi.

## 2. Bagi Lansia

Dengan memasukkan bunga bunga kenanga segar ke dalam diffuser untuk aromaterapi bunga bunga kenanga, penelitian ini dimaksudkan untuk membantu memilih pengobatan alternatif yang dapat diterima dan dapat diterapkan untuk menurunkan tekanan darah.

## 3. Bagi Institusi Kesehatan Dan Pelayanan Kesehatan

Dengan bantuan penelitian ini, layanan kesehatan akan dapat menyediakan bunga kenanga segar dalam diffuser untuk aromaterapi ylang ylang, yang dapat menurunkan tekanan darah pada lansia.

## 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menjadi sumber penerapan informasi di bidang pelayanan kesehatan untuk pengukuran tekanan darah pada ibu hamil, tekanan darah hipertensi derajat III dan IV, serta perbandingan pengukuran tersebut dengan pengobatan komplementer lainnya untuk menentukan mana yang tepat. lebih sukses.

### 1.5. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

o	Judul jurnal	metode	Hasil
.	Kajian Nugroho, Rachmawati, Y.D., dan Yuli Kusumawati, S.K.M. (2013) meneliti hubungan antara pilihan gaya hidup remaja dengan prevalensi hipertensi	D : Penelitian ini memanfaatkan pendekatan case- control sebagai strategi penelitian, dengan karakteristik proyek penelitian yang bersifat	Temuan penelitian menunjukkan bahwa risiko hipertensi yang lebih tinggi dikaitkan dengan asupan garam berlebihan (p=0.002; OR=6.571) dan aktivitas fisik (p=0.012; OR=5.152). Asupan kopi

	<p>di Desa Pondok, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo.</p>	<p>observasional dan analitis.</p> <p>S : Ada 208 orang dewasa muda dalam populasi penelitian. Sampel kasus berjumlah 30 orang penderita hipertensi, sedangkan kelompok kontrol berjumlah 30 orang.</p> <p>V : control</p> <p>I : lumbar observasi</p> <p>A : Uji statistik chi square menggunakan SPSS</p>	<p>(<math>p=0,457</math>) dan merokok (<math>p=0,747</math>) merupakan variabel yang tidak berhubungan.</p>
	<p>Menentukan variabel risiko penyakit jantung koroner di unit rawat inap jantung Rumah Sakit Umum Haji Surabaya. Pada tahun 2019, Supriyanto, S.</p>	<p>D : Penelitian ini menggunakan metodologi deskriptif.</p> <p>S : Ada 108 peserta dalam penyelidikan ini. Sampel Acak Sederhana adalah metode sampel yang digunakan dalam penyelidikan ini. Sampel penelitian terdiri dari 85 RM.</p> <p>V : Faktor Risiko Penyakit Jantung Koroner</p> <p>I : koesoner</p> <p>A : Uji statistik chi square menggunakan SPSS</p>	<p>Menurut penelitian, terdapat banyak faktor risiko penyakit jantung koroner, antara lain jenis kelamin laki-laki (50,6%), rentang usia 48–55 tahun (25,9%), riwayat atau kerentanan bawaan terhadap penyakit jantung koroner (45,9%), hipertensi (74,1%), diabetes melitus (61,2%), dan obesitas (63,5%). Laki-laki lebih mungkin didiagnosis menderita gagal jantung kongestif (PJB) antara usia 48 dan 55 tahun dibandingkan perempuan. Mayoritas pasien PJK tidak memiliki riwayat penyakit dalam keluarga. Ada faktor risiko yang dapat dimodifikasi untuk obesitas, diabetes mellitus, dan hipertensi. Penerapan pola hidup yang tidak sehat</p>



			mempunyai dampak yang signifikan terhadap terjadinya penyakit PJK.
.	<p>Bandingkan Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon dan Kenanga Terhadap Penurunan Tekanan Darah di RS Tanah Bumbu. Juniawan, H., Saputra, R.R., dan Putra, F. (2018).</p>	<p>D : Penelitian ini menggunakan desain pretest-posttest dengan cara quasi eksperimen.</p> <p>S : Penelitian ini melibatkan dua set dengan total dua puluh dua responden, masing-masing terdiri dari sebelas peserta. Setiap kelompok terdiri dari sebelas responden, dengan sebelas orang dalam kelompok aromaterapi kenanga dan sebelas orang dalam kelompok aromaterapi lemon.</p> <p>V : memberikan aromaterapi jeruk lemon dengan aromaterapi bunga kenanga (Cananga Odorat)</p> <p>I : intervensi, lembar observasi</p> <p>A : Tes Mann Whitney dan Wilcoxon digunakan dalam penelitian ini..</p>	<p>Setelah dilakukan perlakuan, hasil mean rank kelompok aromaterapi bunga kenanga dan aromaterapi lemon berbeda, ditunjukkan dengan nilai p-value sebesar 0,001 (&lt;0,05).</p>
.	<p>Dampak Pijat Punggung Terhadap Kualitas Tidur Lansia di Upt</p>	<p>D : Penelitian ini menggunakan desain pre-test-post-test pada satu kelompok dengan</p>	<p>Kesimpulan dari observasi karakteristik responden menunjukkan bahwa pijat punggung efektif meningkatkan</p>

	<p>Pslu Jember. Zulmi, A. (2016).</p>	<p>metode pra-eksperimental.</p> <p>S : Sampel penelitian ini adalah warga lanjut usia di UPT PSLU Jember yang berusia antara 60 hingga 75 tahun.</p> <p>V : Efek Pijat Punggung pada Tidur</p> <p>I : Alat penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat SOP pijat punggung dan kuesioner Pitts Burgh Quality Index (PSQI).</p> <p>A : Dalam penelitian ini menggunakan analisis data univariat dan bivariat; analisis bivariat dilakukan menggunakan SPSS 16 for Windows untuk menilai uji Wilcoxon.</p>	<p>kualitas tidur pada warga lanjut usia di UPT PLSU Jember. Rekomendasi penelitian ini menyarankan untuk mengintegrasikan pijat punggung ke dalam rutinitas kegiatan fisik di PSLU Jember guna meningkatkan kualitas tidur lansia. Rekomendasi ini didukung oleh temuan dalam penelitian. Selain itu, sebagai langkah peningkatan kualitas hidup, perawat juga dapat memberikan pijat punggung kepada pasien lanjut usia.</p>
	<p>Dampak Aromaterapi Minyak Kenanga Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Sebusus Kecamatan Paloh Kabupaten Sambas (Shaleha, Dwi (2016)</p>	<p>D : Untuk kelompok tunggal, desain pra-eksperimental menggunakan pendekatan pre-test-post-test.</p> <p>S : 17 responden dalam sampel. Purposive sampling digunakan untuk pengambilan sampel.</p>	<p>Sebelum aromaterapi, pembacaan tekanan darah memiliki rata-rata 101,47 (SD 6,559) untuk diastolik dan 160,59 (SD 15,601) untuk sistolik. Setelah aromaterapi, rata-rata tekanan darah menjadi 146,35 (SD 7,717) untuk sistolik dan 72,94% (p = 0,001) untuk diastolik, dengan p = 0,000 pada uji Wilcoxon untuk tekanan darah sistolik.</p>

		<p>V : Memberikan Aromaterapi dengan Minyak Ylang Ylang</p> <p>I : lembar observasi</p> <p>A : Analisis menggunakan uji Wilcoxon p-value &lt;0,005.</p>	
	<p>Membandi ngkan Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon dan Kenanga Terhadap Penurunan Tekanan Darah di RSUD Tanah Bumbu (Rofi R, 2018)</p>	<p>D : Penelitian menggunakan desain quasi-eksperimen pretest-posttest tanpa kelompok kontrol.</p> <p>S : Dengan teknik Accidental Sampling, penelitian melibatkan 22 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dari pasien hipertensi di RSUD Dr. H. Andi Abdurrahman Noor, Kabupaten Tanah Bumbu.</p> <p>V : Menawarkan Aromaterapi dengan Minyak Kenangadan Aromaterapi dengan Lemon</p> <p>I : Lembar observasi tekanan darah dan lembar SOP.</p> <p>A : Uji Mann Whitney</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata aromaterapi lemon (kelompok 2) sebesar 11,00 dan aromaterapi bunga kenanga (kelompok 1) sebesar 12,00. Uji statistik Mann Whitney pada kelompok intervensi aromaterapi bunga kenanga menunjukkan nilai p = 0,004.</p>

## DAFTAR PUSTAKA

- Aspiani, R. yuli. 2016. Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular.
- Anggraini, L., & Nathalia, K. (2014). *Desain Komunikasi Visual: Panduan untuk Pemula*. Nuansa Cendekia.
- Dewi, S. R., & Ners, S. K. (2015). Buku ajar keperawatan gerontik. Deepublish.
- Dokter, P. (2015). Pedoman tatalaksana hipertensi pada penyakit kardiovaskular. *Published online*.
- Djilani, A., & Dicko, A. (2012). The Therapeutic Benefits of Essential Oils. Nutrition, Well-Being and Health, February 2012. <https://doi.org/10.5772/25344>
- Dinkes Kota Malang, 2021. <https://dinkes.malangkota.go.id/wp-content/uploads/sites/104/2021/07/profilkes-2020.pdf>
- Fandinata, S. S., & Ernawati, I. (2020). Management terapi pada penyakit degeneratif (diabetes mellitus dan hipertensi): mengenal, mencegah dan mengatasi penyakit degeneratif (diabetes mellitus dan hipertensi). Penerbit Graniti.
- Festy, P. (2018). Buku ajar gizi dan diet. UMSurabaya Publishing.
- Hernawan, T., & Rosyid, F. N. (2017). Pengaruh senam hipertensi lansia terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan hipertensi di panti wreda Darma Bhakti Kelurahan Pajang Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 26-31.
- Jain, Ritu. (2011). Pengobatan alternatif untuk mengatasi tekanan darah. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama
- Kemenkes, R. I. (2016). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 67 tahun 2016 tentang penanggulangan tuberkulosis. *Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kumanan, T., Guruparan, M., & Sreeharan, N. (2018). Hypertension “The Silent Killer”: A guide for primary carephysicians and healthcare professionals. Colombo –Chennai: Kumaran Book House
- Kusyati, E., Santi, N. K., & Hapsari, S. (2018). Kombinasi relaksasi napas dalam dan aroma terapi lavender efektif menurunkan tekanan darah. *Junal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 1, 76–81
- Kemenkes. 2019. Profil Kesehatan Indonesia. Diakses 2 April 2022. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- Kemenkes RI, 2018. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Angka Kejadian Hipertensi di Indonesia Tahun 2018. Jakarta
- Lika, H. (2011). Penatalaksanaan Non Farmakologi Pada Penderita Hipertensi Di Poliklinik Khusus Penyakit Dalam Rumah Sakit Dr. Mohammad Hoesin Palembang Tahun 2011 (Doctoral Dissertation, Stik Siti Khadijah Palembang).
- Majidi, A. A., & Juanita, F. Pemberian Aromaterapi Kenanga (*Cananga odorata*) untuk Menurunkan Tekanan Darah Lansia di Dusun Sumlaran Desa Sukodadi Kecamatan Sukodadi Kabupaten Lamongan. 2013. SURYA. volume 03 (16).

- Mulyadi, Arif, Sepdianto, T. C., & Hernanto, D. (2019). Gambaran perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi yang melakukan senam lansia. *Journal of Borneo Holistic Health*, 2(2), 148-57
- Musakkar, & Djafar, T. (2021). Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi (H. Aulia (ed.)). CV. Pena Persada.
- Nursalam, N. (2011). Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional Edisi 4.
- Notoatmodjo. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: RinekaCipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, Rachmawati, Y. D., Yuli Kusumawati, S. K. M., (2013). Hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa muda di desa pondok kecamatan nguter kabupaten sukoharjo (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Ni Made Kenia dan Dian Taviyanda. (2013). Influence Of Relaxation Therapy (Rose Aromatherapy) Towards Blood Pressure Change Of The Elderly With Hypertension. *Jurnal Penelitian STIKES Kediri*, 6(1), 84-98.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., ... Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/HYPERTENSIONAHA.120.15026>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2009). *Fundamentals of nursing: concept, process, and practice*. 4/E (Terj. Yasmin Asih, et al). Jakarta: EGC
- Pudiasuti, Dewi Ratna. (2013). Penyakit-Penyakit Mematikan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Riskesdas. 2018. Riset Kesehatan Dasar (angka kejadian hipertensi di Indonesia)
- Saputra, R. R., Juniawan, H., & Putra, F. (2018). Perbandingan Antara Pemberian Aromaterapi Kenanga Dan Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Di RSUD Tanah Bumbu. *DINAMIKA KESEHATAN: JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN*, 9(2), 521-533.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sharma, S. (2008). *The secret benefits of aroma therapy: Secret guides*. New Delhi: Sterling Paperbacks.
- Setiadi. (2013). Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan. Ed.1. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Setyoadi, & Kushariyadi. (2011). Terapi Modalitas Keperawatan pada klien Psikogeriatik. Jakarta: Salemba Medika
- Sunarti, S., Ratnawati, R., Nugrahenny, D., Mattalitti, G. N. M., Ramadhan, R., Budianto, R., ... & Prakosa, A. G. (2019). *Prinsip dasar kesehatan lanjut usia (Geriatric)*. Universitas Brawijaya Press.
- Safitri, A. R., & Ismawati, R. (2018). Efektifitas teh buah mengkudu dalam menurunkan tekanan darah lansia dengan hipertensi (studi di uptd. griya werdha kota surabaya tahun 2018). *Amerta Nutrition*, 2(2), 163.

- Supriyanto, S. (2019). Identifikasi Faktor Risiko Kejadian Penyakit Jantung Koroner Di Ruang Rawat Inap Jantung Rumah Sakit Umum Haji Surabaya (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).
- Tortora, G. J., & Derrickson, B. (2009). Principles of anatomy and physiology Twelfth edition.
- World Health Organization. (2013). A global brief on Hypertension -World Health Day 2013. In World Health Organization. <https://doi.org/10.1136/bmj.1.4815.882-a>
- World Health Organization. (2021). More Than 700 Million People with Untreated Hypertension. <https://www.who.int/news/item/25-08-2021-more-than-700-million-people-with-untreated-hypertension>
- Zulmi, A. . (2016). Pengaruh masase punggung terhadap kualitas tidur pada lansia di UPT PSLU Jember. Digital Repository Universitas Jember