

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI LAVENDER DAN HIPNOTERAPI TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JAMBAR
KECAMATAN NUSAHERANG KABUPATEN
KUNINGAN TAHUN 2025**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan Pada Studi S1 Keperawatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia**

Oleh:

DICKY SUDRAJAT

CKR0210055



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI LAVENDER DAN HIPNOTERAPI
TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA
PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JAMBAR
KECAMATAN NUSAHERANG KABUPATEN
KUNINGAN TAHUN 2025**

Diajukan Oleh:

DICKY SUDRAJAT
CKR0210055

Kuningan, Juli 2025

Telah Disetujui Oleh

Pembimbing I



Ns. H. Asmasdi, M.Kep.,Sp.Kep.Kom
NIP. 197508. 142005. 011002

Pembimbing II



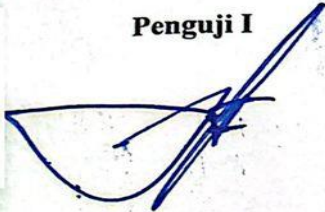
Ns. Ayip Syarifuddin N,S.Kep.,M,Kep
NUPTK. 45577706701130292

LEMBAR PENGESAHAN

EFEKTIVITAS AROMATERAPI LAVENDER DAN HIPNOTERAPI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA JAMBAR KECAMATAN NUSAHERANG KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2025

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji
Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia
Pada, 17 Juli 2025

Penguji I



Jecep Heriana, SKM., MKM., P.hD
NUPTK. 1062763664130230

Mengesahkan,

Penguji II



Ns. H. Asmasdi, M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIP. 197508. 142005. 011002

Penguji III



Ns. Avip Syarifuddin N.S.Kep., M.Kep
NUPTK. 45577706701130292

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM
NIK. 831102.200904.024

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep
NIK. 811007. 201010. 040

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dicky Sudrajat

NIM : CKR0210055

Judul Skripsi : Efektivitas aromaterapi lavender dan hipnoterapi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Jambar Kecamatan Nusaherang Kabupaten Kuningan Tahun 2025

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi ini saya buat dengan sejujur-jujurnya dan merupakan hasil karya sendiri atau tidak menjiplak hasil karya orang lain. Jika terjadi kesalahan saya bersedia bertanggungjawab sekaligus menerima sanksi sesuai kebijakan kampus.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Ku

METERAI
TEMPEL
40BA5AMX410483494
Dicky Sudrajat

LEMBAR PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

Penulis mengungkapkan rasa syukur yang dalam kepada Allah SWT atas karunia dan petunjuk-Nya, serta kemudahan yang diberikan selama proses pembuatan dan penyelesaian skripsi ini. Saya berterima kasih karena dikelilingi oleh banyak orang yang mendukung saya dalam mengerjakan skripsi ini, sehingga saya dapat menyelesaikannya dengan baik dan tepat waktu. Skripsi sederhana yang saya buat ini saya dedikasikan untuk:

1. **Tuhan YME**, karena hanya dengan izin dan berkahNya, skripsi ini bisa disusun dan diselesaikan tepat waktu. Saya sangat bersyukur kepada Tuhan yang mengatur segala sesuatu, yang telah memberkati dan mendengarkan setiap doa.
2. **Kedua orang tua** saya tercinta. Kepada bapak Herman Kurniawan dan Ibu Mimin Mintarsih yang telah mengorbankan segalanya demi mimpi saya. Skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada dua orang hebat dalam hidup saya, Ayahanda dan Ibunda. Keduanya lah yang membuat segalanya menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap di mana skripsi ini akhirnya selesai. Terima kasih atas segala pengorbanan, nasihat dan doa baik yang tidak pernah berhenti kalian berikan kepadaku. Aku selamanya bersyukur dengan keberadaan kalian sebagai orangtua ku. Kalian telah mengajarkan nilai-nilai kehidupan yang lebih berharga dari apapun di dunia ini. Saya merasa sangat diberkahi bisa menjadi bagian dari keluarga ini, dan sebagai anak kedua yang menyandang gelar sarjana, saya ingin membuktikan bahwa segala perjuangan dan pengorbanan kalian tidak sia-sia. Ini adalah hadiah saya untuk kalian, sebagai ungkapan terima kasih yang tak terhingga. Semoga perjalanan hidup ini semakin terang dan penuh berkah, dan semoga saya bisa terus membanggakan kalian, Ayah dan Ibu, sepanjang hidup saya.

3. **Kakak Tercinta**, yang selalu ada dengan saran dan bantuan tanpa henti, yang mengingatkan bahwa setiap langkah kecil itu bernilai; kalian adalah bagian vital dari perjalananku sampai akhirnya dapat menyelesaikan karya ini.
4. **Bapak dan Ibu Dosen pembimbing, penguji dan pengajar**, yang selama ini dengan tulus dan tanpa pamrih menghabiskan waktu untuk membimbing dan mengarahkan saya, serta memberikan arahan dan pelajaran yang sangat berharga, sehingga saya dapat berkembang menjadi pribadi yang lebih baik. Saya sangat berterima kasih kepada Bapak dan Ibu dosen, pengorbanan kalian akan selalu diingat dalam hati.
5. **Dicky Sudrajat**, Dengan rasa syukur dan bangga, saya mempersembahkan skripsi ini untuk diri saya sendiri. Terima kasih telah memberikan dukungan dan motivasi selama proses penulisan skripsi ini. Skripsi ini adalah hasil dari kerja keras dan dedikasi yang telah saya lakukan, dan saya bangga telah menyelesaikannya.

**UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN PROGAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SKRIPSI, JUNI 2025**

**DICKY SUDRAJAT
CKR0210055**

**EFEKTIVITAS AROMATERAPI LAVENDER DAN HIPNOTERAPI TERHADAP
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA
JAMBAR KECAMATAN NUSAHERANG KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2025
xvi + 147 halaman + 9 tabel + 3 Bagan + 16 lampiran**

Abstrak

Latar belakang: Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang kasusnya cenderung meningkat. Di Indonesia, prevalensi hipertensi pada orang berusia lebih dari 18 tahun sebesar 34,11%. Pemberian aromaterapi lavender dan hipnoterapi dilakukan karena diharapkan intervensi ini dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif analitik dengan desain *Two Group Pre-test and Post-test Design*. Populasi penelitian seluruh penderita hipertensi di Desa Jambar. Sampel penelitian menggunakan metode *purposive sampling* sebanyak 30 responden yang dibagi menjadi 2 grup. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar SOP. Analisis data yang digunakan yaitu uji *Wilcoxon Sign Rank Test* dan *Mann-whitney*

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah dari 15 responden sebelum intervensi aromaterapi lavender dihasilkan nilai mean 149,20 dan 86,27, dan setelah intervensi sesi 3 dihasilkan nilai mean 139,40 dan 83,73. Sedangkan dari 15 responden sebelum intervensi hipnoterapi dihasilkan nilai mean 157,33 dan 89,40, dan setelah intervensi sesi 3 dihasilkan nilai mean 134,93 dan 80,33. Analisis uji *Wilcoxon Sign Rank Test* intervensi aromaterapi lavender didapatkan *p value* = 0,001 dan 0,221. Sedangkan intervensi hipnoterapi didapatkan *p value* = 0,001 dan 0,002. Analisis uji *Mann-whitney* didapatkan nilai *p value* = 0,479 dan 0,280.

Kesimpulan: Terdapat efektivitas aromaterapi lavender dan hipnoterapi terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Jambar Tahun 2025. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dalam melaksanakan intervensi non farmakologis untuk mengatasi hipertensi di masyarakat.

Kata kunci: Hipertensi, Aromaterapi, Hipnoterapi, Tekanan darah, Terapi Non-farmakologis

Kepustakaan: 53 jurnal (2019-2025), 2 buku (2019-2025)

**BHAKTI HUSADA INDONESIA UNIVERSITY
FACULTY OF HEALTH SCIENCES BACHELOR'S DEGREE PROGRAM IN NURSING
THESIS, JUNE 2025**

**DICKY SUDRAJAT
CKR0210055**

**THE EFFECTIVENESS OF LAVENDER AROMATHERAPY AND HYPNOTHERAPY ON
REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS IN JAMBAR VILLAGE,
NUSAHERANG DISTRICT, KUNINGAN REGENCY IN 2025**

xvi + 147 pages + 9 tables + 3 charts + 16 appendices

Abstract

Background: Hypertension is a non-communicable disease whose cases are on the rise. In Indonesia, the prevalence of hypertension in people aged 18 and over is 34.11%. Lavender aromatherapy and hypnotherapy are being administered in the hope that these interventions can lower blood pressure in those with hypertension.

Method: The type of quantitative analytical research with Two Group Pre-test and Post-test Design. The population of the study were all hypertension sufferers in Margabakti Village. The research sample used a purposive sampling method of 30 respondents divided into 2 groups. The instrument used in this study was the SOP sheet. Data analysis used the Wilcoxon Sign and Mann-whitney tests.

Results: The results of the study showed that the blood pressure of 15 respondents before the lavender aromatherapy intervention produced a mean value of 149.20 and 86.27, and after the intervention session 3 produced a mean value of 139.40 and 83.73. While from 15 respondents before the hypnotherapy intervention produced a mean value of 157.33 and 89.40, and after the intervention session 3 produced a mean value of 134.93 and 80.33. The Wilcoxon Sign Rank Test analysis of lavender aromatherapy intervention obtained p value = 0.001 and 0.221. While the hypnotherapy intervention obtained p value = 0.001 and 0.002. The Mann-Whitney test analysis obtained p value = 0.479 and 0.280.

Conclusion: There is effectiveness of lavender aromatherapy and hypnotherapy in reducing blood pressure in hypertension patients in Jambar Village, Nusaherang District, Kuningan Regency in 2025. The results of this study can be a reference for health workers in compiling and implementing health education programs in the community.

Keywords: Hypertension, Aromatherapy, Hypnotherapy, Blood Pressure, Non-pharmacological Therapy

Reference: 53 journals (2019-2025), 2 books (2019-2025)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul "**Efektivitas Aromaterapi Lavender Dan Hipnoterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Jambar Kecamatan Nusaherang Kabupaten Kuningan Tahun 2025**". Skripsi ini dibuat sebagai bagian dari proses pelaksanaan penelitian dan syarat untuk mendapatkan gelar sarjana keperawatan di program studi sarjana keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia. Selama penulisan skripsi dalam penelitian ini, peneliti menghadapi berbagai tantangan dan kendala. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M. Kes., AIFO, selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bakti Husada Kuningan.
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., MH, selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermansyah, S. Kep., M.KM selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Ns. Neneng Aria Nengsih, S. Kep., M. Kep, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan.
5. Cecep Heriana, SKM., MPH., P. hD selaku Dosen Penguji
6. Ns. H. Asmadi, M. Kep., Sp. Kep. Kom selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberi arahan dan bimbingan penulis dengan sabar dan ikhlas dalam menyusun skripsi ini.
7. Ns. Ayip Syarifudin Nur., S. Kep M. Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, memberi motivasi, arahan dan bimbingan serta masukan yang berguna bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
8. Seluruh Staf Dosen Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah memberikan berbagai ilmu yang akan menjadi bekal bagi penulis.

9. Salam penuh hormat dan terimakasih kepada kedua orang tua tercinta serta keluarga besar yang senantiasa mencurahkan kasih sayang dan do'a dan dukungannya selama mengikuti pendidikan dan penyusunan skripsi penelitian ini.
10. Rekan-rekan Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan, yang selalu menjadi pendorong bagi penulis untuk menyelesaikan laporan penelitian ini tepat pada waktunya.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi penulis dan para pembaca pada umumnya. Semoga Allah SWT meridhoi dan dicatat sebagai ibadah disisi-Nya, Aamiin.

Kuningan, Juni 2025

Dicky Sudrajat

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktisi	10
1.5 Keaslian Penelitian.....	10

BAB II TINJAUAN TEORI	15
2.1 Konsep Hipertensi.....	15
2.1.1 Definisi Hipertensi	15
2.1.2 Jenis – Jenis Hipertensi.....	16
2.1.3 Tanda Dan Gejala hipertensi.....	17
2.1.4 Kategori Hipertensi	19
2.1.5 Faktor Penyebab Hipertensi	19
2.1.6 Penatalaksanaan Hipertensi	24
2.1.7 Intervensi Hipertensi	26
2.2 Konsep Aromaterapi	30
2.2.1 Definisi dan Sejarah Aromaterapi	30
2.2.2 Sistem Kerja Aromaterapi	33
2.2.3 Aromaterapi Lavender	36
2.2.4 Sistem Kerja Dan Manfaat Aromaterapi Lavender	37
2.3 Konsep Hipnoterapi	38
2.3.1 Definisi Hipnoterapi	38
2.3.2 Tujuan Hipnoterapi.....	43
2.3.3 Ciri-Ciri Hipnoterapi	44
2.3.4 Tahap Hipnoterapi.....	45
2.3.5 Hubungan Hipnoterapi Dengan Hipertensi.....	48
2.4 Kerangka Teori	50
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	52
3.1 Kerangka Konsep.....	52

3.2 Definisi Operasional.....	53
3.3 Hipotesis	55
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....	57
4.1 Jenis Dan Desain Penelitian.....	57
4.2 Variabel penelitian	58
4.2.1 Variabel Bebas (Variabel Independen).....	59
4.2.2 Variabel Terikat (Variabel Dependen)	59
4.3 Populasi Dan Sampel	60
4.3.1 Populasi.....	60
4.3.2 Sampel	60
4.4 Instrumen Penelitian.....	63
4.5 Teknik Pengumpulan Data	64
4.5.1 Sifat Dan Sumber Data.....	65
4.5.1 Cara Pengumpulan Data	65
4.6 Rancangan Analisa Data.....	68
4.6.1 Pengolahan Data.....	68
4.6.2 Analisa Data	69
4.7 Etika Penelitian	74
4.7 Lokasi, Waktu dan Jadwal Penelitian	75
4.7.1 Lokasi Penelitian	75
4.7.2 Waktu Penelitian	75
4.7.3 Jadwal Penelitian.....	75
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	76

5.1 Gambaran Umum dan Lokasi Penelitian.....	76
5.2 Hasil Penelitian	76
5.3 Pembahasan	83
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	104
6.1 Simpulan.....	104
6.2 Saran.....	105
DAFTAR PUSTAKA	107
LAMPIRAN	