

**PENURUNAN TEKANAN DARAH MENGGUNAKAN RELAKSASI
AROMATERAPI BUNGA MAWAR PADA PENDERITA
HIPERTENSI**

Riska Dwi Anjar Sari, Ida Nur Imamah

Rizkha.anjar@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang:Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkolosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Menurut Kemenkes pada tahun 2018 setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah aromaterapi bunga mawar. Aromaterapi bunga mawar adalah salah satu cara untuk menyembuhkan yang menggunakan minyak atau wangi-wangian dari suatu tumbuhan dengan relaksasi untuk bisa mendapatkan perasaan yang rileks yang akhirnya dapat menurunkan tekanan darah. **Metode:**Poster dapat digunakan sebagai media edukasi kesehatan pada masyarakat terutama penderita hipertensi agar mengetahui serta menerapkan relaksasi aromaterapi bunga mawar untuk menurunkan tekanan darah. **Hasil:**Tema poster ini adalah menurunkan hipertensi dengan relaksasi aromaterapi bunga mawar yang dibuat dengan perangkat lunak komputer. **Kesimpulan:**Menerapkan relaksasi aromaterapi bunga mawar dapat menurunkan tekanan darah dan poster menurunkan hipertensi dengan relaksasi aromaterapi bunga mawar dapat dijadikan media edukasi, komunikasi, dan informasi.

Kata Kunci: *Hipertensi, Aromaterapi, Poster*