

**EDUKASI AROMA TERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN  
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI  
MELALUI MEDIA BOOKLET**

Kusnia Palupi Sari<sup>1</sup> Ida Nur Imamah<sup>2</sup>

[Kusniaps3@gmail.com](mailto:Kusniaps3@gmail.com)

[info@aiska-university.ac.id](mailto:info@aiska-university.ac.id)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**INTISARI**

**latar Belakang:** Hipertensi adalah penyakit tidak menular yang umum di Indonesia, sering disebut "*silent killer*" karena gejalanya minim namun berpotensi fatal. Pengelolaannya membutuhkan pendekatan komprehensif, termasuk intervensi nonfarmakologis. Aromaterapi lavender, dengan kandungan *linalool* dan *linalyl asetat*, menawarkan potensi meredakan stres dan menurunkan tekanan darah, menjadi alternatif relevan mengingat kurangnya pemahaman masyarakat akan terapi ini. **Metode:** Karya Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) berupa media *booklet* berukuran A4 landscape dengan jumlah 17 halaman, berisi informasi hipertensi, manfaat lavender, serta prosedur penggunaan dan pemberiannya. Uji coba dilakukan kepada 3 responden untuk mengukur pemahaman. **Hasil:** Media *booklet* ini diuji coba pada 3 responden dan menunjukkan bahwa media ini efektif meningkatkan pemahaman serta dapat digunakan sebagai sarana edukasi kesehatan. Luaran utama adalah *booklet* yang secara rinci menguraikan dasar ilmiah aromaterapi lavender, mekanisme kerjanya dalam memengaruhi tekanan darah, serta panduan praktis yang tepat dan aman. Materi mencakup identifikasi minyak lavender yang sesuai, metode inhalasi atau topikal, dan frekuensi penggunaan yang direkomendasikan. Media ini dirancang dengan bahasa mudah dipahami dan ilustrasi pendukung. **Kesimpulan:** *Booklet* edukasi ini diharapkan memberikan manfaat bagi masyarakat, khususnya penderita hipertensi dan pemanfaatan aromaterapi lavender untuk menjaga tekanan darah sehat.

**Kata kunci:** Hipertensi, Aromaterapi lavender, *Booklet*.