

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Salah satu faktor penting sebagai pemicu penyakit tidak menular (PTM) atau non-communicable diseases (NCD) seperti penyakit jantung, stroke, dan salah satunya ialah hipertensi. Hipertensi saat ini menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia (Budijanto, 2015). Hipertensi atau tekanan darah tinggi saat ini merupakan masalah kesehatan utama di dunia. Menurut Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment on High Blood Pressure VII (JNC-VIII), hampir 1 milyar orang menderita hipertensi di dunia. Sekitar 600 juta penderita tersebar di beberapa negara berkembang. Menurut data dari Badan Kesehatan Dunia atau WHO, hipertensi merupakan penyebab nomor 1 kematian di dunia. Data tahun 2013 prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di kawasan Afrika sebesar 46% dan peringkat kedua di Amerika sebesar 40% (WHO, 2013)

Di Indonesia transisi epidemiologi menyebabkan terjadinya pergeseran pola penyakit, dimana penyakit kronis degeneratif sudah terjadi peningkatan. Hipertensi atau dikenal dengan peningkatan tekanan darah merupakan permasalahan terbesar dalam masyarakat secara global dan berkontribusi dalam komplikasi penyakit kardiovaskuler dimana sekitar 17 juta orang meninggal setiap tahunnya (WHO, 2015). Penderita hipertensi selain mengalami gangguan secara fisiologis, hipertensi dapat terganggu secara

psikologis, salah satunya adalah kecemasan/ (ansietas). Salah satu masalah kesehatan yang dapat menyebabkan ansietas adalah penyakit hipertensi dan aspek-aspek psikologis yang menyertainya. (Kemenkes RI, 2013).

Penderita hipertensi semakin meningkat dengan kurangnya pengetahuan tentang perawatan penyakit hipertensi yang di deritanya (Prasetya, 2014). Oleh karena itu, penderita hipertensi yang mengalami ansietas memerlukan penanganan yang baik dalam menurunkan ansietasnya. Hipertensi menduduki urutan ketiga penyebab kematian setelah penyakit jantung dan kanker. Hipertensi masih merupakan penyebab utama dari kecacatan. Data menunjukkan, setiap tahunnya hipertensi menyerang sekitar 15 juta orang di seluruh dunia (Kurniawan K. et al., 2019). Amerika Serikat, lebih kurang lima juta orang pernah mengalami hipertensi. Sementara di Inggris, terdapat 250 ribu orang hidup dengan kecacatan karena hipertensi. Di Asia, khususnya di Indonesia, setiap tahun diperkirakan 500 ribu orang mengalami serangan hipertensi. Dari jumlah itu, sekitar 2,5 persen di antaranya meninggal dunia. Sementara sisanya mengalami cacat ringan maupun berat. (Pan, 2015). (Kemkes RI., 2014). Hipertensi juga merupakan penyakit yang sering muncul di negara berkembang, salah satunya adalah di Indonesia (Kurniawan K. et al., 2019).

Kecemasan (ansietas) ini dapat diatasi dengan beberapa cara, antara lain terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi seperti obat anti cemas (anxiolytic) dapat membantu menurunkan cemas tetapi

memiliki efek ketergantungan, sedangkan terapi non farmakologi yaitu membuat hal yang membuat tubuh kita rileks. Kondisi rileks diperlukan untuk mengaktifkan system saraf parasimpatis yang berkerja berlawanan dengan saraf simpatis, maka tubuh akan mereduksi produksi stress hormon (Idrus, 2015). Salah satu modifikasi gaya hidup yang mampu menanggulangi kecemasan pada penderita hipertensi yaitu dengan mengajarkan untuk rileks, seperti terapi tertawa (Suyatmo, 2016).

Ansietas atau kecemasan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama. Kecemasan adalah bagian gangguan mental yang paling sering terjadi di masyarakat, di mana kecemasan adalah salah satu penyebab yang dapat menimbulkan kerugian individu dan sosial yang besar. Kecemasan juga berhubungan dengan berbagai kondisi medis, memperburuk gejala, menghambat pemulihan, dan meningkatkan risiko gangguan mental lainnya. Bahkan kecemasan dapat menyebabkan kesengsaraan dan kesehatan yang buruk (Stuart, 2016).

Menurut (Kusumawati R, 2020) gangguan kecemasan merupakan masalah yang serius, dengan prevalensi 14,9% atau sekitar 264 juta orang mengalami kecemasan di dunia. Lebih dari 300 juta orang menderita depresi dan 260 juta orang yang mengalami gangguan kecemasan (WHO, 2012). Data dari (Kemenkes RI, 2020) melaporkan bahwa prevalensi gangguan jiwa karena depresi dan kecemasan di Indonesia sebesar 6,1% untuk penduduk berusia 15 tahun ke atas, yang berarti lebih dari 14 juta jiwa penduduk

Indonesia menderita gangguan mental emosional.

Kecemasan tidak hanya menyebabkan gejala-gejala di atas, namun juga mempengaruhi proses berpikir, persepsi dan proses belajar. Kecemasan juga dapat menyebabkan gangguan orientasi tempat, waktu, orang atau kejadian sehingga terlihat seperti orang kebingungan (confusion) (Thika Marliana<sup>1</sup>, 2021). Kecemasan dapat mengganggu proses belajar yang terjadi, seperti penurunan konsentrasi dan pengulangan, usia awal terjadinya serangan biasanya pada akhir 20 tahunan, dan jumlah wanita dua kali lebih banyak terkena serangan panik dibandingkan jumlah laki-laki (Lumonggalubis, 2016). Klien gangguan panik dapat mengalami gangguan depresif atau gangguan zat psikoaktif, dengan umumnya terjadi kebergantungan pada alkohol atau zat ansiolitik (Pan, 2015).

Beberapa macam kecemasan yang timbul pada individu yaitu kecemasan obyektif (Realistics) ialah jenis kecemasan yang berorientasi pada aspek bahaya-bahaya dari luar seperti misalnya melihat atau mendengar sesuatu yang dapat berakibat buruk. Kecemasan neurosis adalah suatu bentuk jenis kecemasan yang apabila insting pada panca indera tidak dapat dikendalikan dan menyebabkan seseorang berbuat sesuatu yang dapat dikenakan sanksi hukum. Kecemasan moral adalah jenis kecemasan yang timbul dari perasaan sanubari terhadap perasaan berdosa apabila seseorang melakukan sesuatu yang salah (Zaviera, 2016).

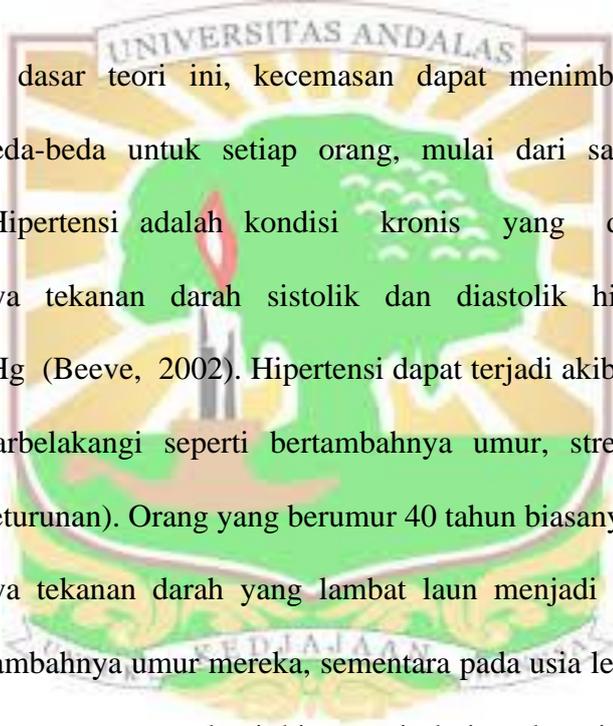
Berdasarkan data dari World Health Organisation (WHO) pada tahun

2016 menyebutkan bahwa 17,5 juta orang meninggal akibat penyakit jantung, yang mewakili dari 31% kematian di dunia. Di negara Amerika Serikat penyakit gagal jantung hampir terjadi 550.000 kasus pertahun, Sedangkan negara-negara berkembang didapatkan kasus sejumlah 400.000 sampai 700.000 per tahun. Menurut Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi Penyakit Jantung berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia sebesar 1,5%, dengan peringkat prevalensi tertinggi yaitu Provinsi Kalimantan Utara 2,2%, DIY 2%, dan Gorontalo 2%. Selain ketiga provinsi tersebut, terdapat pula 8 provinsi lainnya dengan prevalensi yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan prevalensi nasional salah satunya yaitu Provinsi Sumatra Barat dengan prevalensi sebesar 1,6% (PERKI, 2019).

Beberapa macam kecemasan yang timbul pada individu yaitu kecemasan obyektif (Realistics) ialah jenis kecemasan yang berorientasi pada aspek bahaya – bahaya dari luar seperti misalnya melihat atau mendengar sesuatu yang dapat berakibat buruk. Kecemasan neurosis adalah suatu bentuk jenis kecemasan yang apabila insting pada panca indera tidak dapat dikendalikan dan menyebabkan seseorang berbuat sesuatu yang dapat dikenakan sanksi hukum. Kecemasan moral adalah jenis kecemasan yang timbul dari perasaan sanubari terhadap perasaan berdosa apabila seseorang melakukan sesuatu yang salah (Zaviera, 2016).

Menurut penelitian Thika Marlial (2021) menjelaskan bahwa kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau ketakutan yang disertai oleh

respon autonomy (penyebab sering tidak spesifik atau tidak diketahui pada setiap individu) perasaan cemas tersebut timbul akibat dari antisipasi diri terhadap bahaya. Keadaan ini juga dapat diartikan sebagai tanda-tanda perubahan yang memberikan peringatan akan adanya bahaya pada diri individu Menurut ilmu kedokteran, setiap orang memiliki titik lemah masing masing yang akan rentan terganggu terutama bila berada dalam keadaan cemas (Deigo, 2020).



Dengan dasar teori ini, kecemasan dapat menimbulkan gangguan yang berbeda-beda untuk setiap orang, mulai dari sakit kepala, sakit punggung, Hipertensi adalah kondisi kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah sistolik dan diastolik hingga lebih dari 140/90 mmHg (Beeve, 2002). Hipertensi dapat terjadi akibat berbagai faktor yang melatarbelakangi seperti bertambahnya umur, stres psikologis, dan hereditas (keturunan). Orang yang berumur 40 tahun biasanya rentan terhadap meningkatnya tekanan darah yang lambat laun menjadi hipertensi seiring dengan bertambahnya umur mereka, sementara pada usia lebih dari 50 tahun, wanita lebih rentan mengalami hipertensi dari pada pria, karena di usia tersebut seorang wanita sudah mengalami menopause dan tingkat stres lebih tinggi (Soeryadi et al., 2017).

Kecemasan akan melatarbelakangi dan memperparah hipertensi karena pada saat cemas pembuluh darah akan menyempit sehingga tekanan darah akan meningkat (Marliana et al., 2019). Gangguan

kesehatan fisik seperti hipertensi, mengalami kecenderungan penurunan kemampuan dalam mengendalikan emosi seperti menjadi tidak sabar, mudah marah, khawatir, merasa tidak aman serta sering menyalahkan orang lain serta munculnya masalah ansietas (Kulsum, 2019).

Pendekatan keperawatan yang terpadu, komprehensif dan berkesinambungan dapat dilakukan untuk meningkatkan kesehatan jiwa dan mengurangi angka gangguan kesehatan jiwa (Yusrani et al., 2023). Pelayanan keperawatan yang komprehensif lebih difokuskan kepada upaya pencegahan primer pada anggota masyarakat yang sehat jiwa, pencegahan sekunder pada anggota masyarakat yang mengalami masalah kesehatan jiwa (risiko gangguan jiwa) dan pencegahan tersier pada klien yang mengalami gangguan jiwa dengan proses pemulihan (Yusrani et al., 2023). Asuhan keperawatan jiwa masalah psikososial ansietas dapat dilakukan melalui tindakan keperawatan, meliputi pemberian teknik relaksasi napas dalam, teknik distraksi dengan mengajak bercakap-cakap hal positif, hipnotis lima jari dan pendekatan spiritual dengan berdzikir (Zaini, 2019).

Penelitian Setiani & Resmi (2020) menyebutkan, bahwa terapi ansietas dapat diberikan secara farmakologis (antiansietas) dan nonfarmakologis. Terapi nonfarmakologis diyakini memiliki efek samping yang lebih rendah, lebih aman, dan dapat digunakan dalam jangka waktu yang lebih lama jika dibandingkan dengan obat golongan anti-ansietas. Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya terdapat beberapa terapi yang

efektif dilakukan pada pasien dan ansietas diantaranya terapi relaksasi nafas dalam dan hipnosis 5 jari pada penelitian oleh (Suhadi dan Ayu, 2020).

Terapi hipnosis lima jari adalah salah satu metode self hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga mampu mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang sehingga terbentuklah keseimbangan antara pikiran, tubuh dan jiwa dirawat RSUD Kendal (Marrbun, Pardede and Indah, 2019). Hipnotis lima jari menggunakan kelima jari untuk memikirkan hal yang positif dengan menyatukan jempol dan telunjuk sambil membayangkan kondisi tubuh yang sehat, jempol dengan jari tengah sambil membayangkan orang-orang yang menyayangi dan perhatian, jempol dengan jari manis sambil membayangkan prestasi, penghargaan dan pujian yang pernah dialami, jempol dengan kelingking sambil membayangkan tempat yang paling indah yang pernah dikunjungi sambil membayangkan mengunjungi keindahannya (Kemenkes RI, 2020).

Terapi yang diterapkan berupa Terapi hipnosis 5 jari merupakan bentuk terapi nonfarmakologis yang memiliki kualitas, keamanan, dan efektifitas tinggi berlandaskan pada ilmu pengetahuan biomedik yang belum diterima dalam kedokteran konvensional (Dekawaty, 2021). Beberapa bentuk terapi tersebut diantaranya Hipnosis 5 jari yang dijadikan sebagai salah satu teknik terapi yang tepat dan efektif dalam menangani klien yang mengalami kecemasan akibat mewabahnya virus covid-19 (Syarifah, 2021). Terapi hipnosis 5 jari memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tingkat

kecemasan sebelum bertanding pada atlet futsal putri tim Muara Enim Unyted oleh (Dekawaty, 2021).

Salah satu upaya yang dilakukan perawat di RSUP Dr. M. Djamil untuk mengurangi ansietas dengan cara relaksasi atau distraksi, sedangkan teknik 5 jari sangat jarang dilakukan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah akhir dengan judul “asuhan keperawatan jiwa pada pasien Hipertensi dalam penurunan kecemasan menggunakan teknik relaksasi hipnosis 5 jari di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Untuk mengetahui lebih lanjut dari tindakan keperawatan jiwa pada klien dengan ansietas, maka penulis akan melakukan kajian lebih lanjut dengan membuat rumusan masalah sebagai berikut “bagaimanakah asuhan keperawatan jiwa pada pasien hipertensi dalam penurunan kecemasan dengan menggunakan teknik relaksasi hipnosis 5 jari di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang? ”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Memberikan gambaran asuhan keperawatan pada Klien dalam penurunan kecemasan dengan masalah hipertensi menggunakan teknik relaksasi hipnosis 5 jari di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Menggambarkan hasil pengkajian pasien dengan kecemasan pada Klien di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang.
- b. Menjelaskan diagnose keperawatan dengan masalah kecemasan pada Klien dengan hipertensi di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan masalah kecemasan pada Pasien di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang.
- d. Menjelaskan implementasi keperawatan dengan masalah kecemasan pada Klien di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang.
- e. Menjelaskan evaluasi dari implementasi dengan masalah kecemasan pada Klien dengan Teknik Relaksasi Hipnosis 5 jari di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang.
- f. Menjelaskan Analisa kasus dengan masalah kecemasan pada pasien dengan Teknik Relaksasi Hipnosis 5 jari di Rawat Inap Bangsal Jantung RSUP DR. M. Djamil Padang.

## **3. Manfaat Penelitian**

- a. Bagi Mahasiswa  
Mengembangkan kemampuan mahasiswa dalam memberikan asuhan keperawatan jiwa dan pengalaman dalam memberikan Teknik Relaksasi Hipnosis 5 jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien.
- b. Bagi Institusi

Diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin memberikan intervensi Teknik Relaksasi Hipnosis 5 jari untuk menurunkan kecemasan

c. Bagi Keluarga

Dengan adanya asuhan keperawatan ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi Klien dan keluarga dalam menurunkan tingkat kecemasan yang dialami.

