

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah penyakit global masyarakat yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah di dunia. Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik diatas batas normal, yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Norkhalifah & Mubin, 2022). Setiap tahunnya diperkirakan ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) 2020 didapatkan bahwa sekitar 26,4% penduduk dunia mengalami hipertensi dengan prevalensi hipertensi terbanyak berada di negara berkembang yaitu sebanyak 60%, termasuk Indonesia.

Data Kemenkes (2018) menunjukkan bahwa sebanyak 34,1% penduduk Indonesia mengalami hipertensi. Prevalensi penderita hipertensi di Sumatera Barat menurut data Kemenkes tahun 2018 yaitu sebesar 25,1% dengan Kota Padang berada pada peringkat ke 18. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat (2017) menunjukkan bahwa penderita hipertensi di Kota Padang mencapai 171.594 orang dengan prevalensi tertinggi berada di

Puskesmas Andalas yaitu sebanyak 15.702 orang dan peringkat kedua di Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 13.523 orang.

Hipertensi disebut juga sebagai “*silent killer*” karena mayoritas penderita hipertensi tidak menunjukkan adanya tanda dan gejala. Hipertensi dapat memunculkan dampak fisik dan psikologis. Dampak fisik yang didapat yaitu penderita dapat beresiko mengalami kerusakan pada ginjal, kerusakan otak, dan penyakit Koroner (Pratama dkk, 2022). Sedangkan dampak psikologis yang dialami penderita hipertensi yaitu kecemasan akibat mengetahui prognosis penyakit, proses pengobatan yang relatif lama serta kurangnya pengetahuan tentang perawatan penyakit hipertensi yang dideritanya. Faktor resiko pencetus terjadinya hipertensi yaitu diantaranya obesitas, merokok, asupan garam yang tinggi, kurang olahraga, kualitas tidur yang buruk, keturunan, serta stres (Ardianto & Aghadiati, 2024).

Menurut Harlock yang dikutip oleh Suryaatmaja & Wulandari (2020), kecemasan merupakan bentuk perasaan gelisah, khawatir dan perasaan-perasaan negatif lainnya terhadap suatu situasi yang tidak menyenangkan. Kecemasan adalah suatu gangguan perasaan yang dapat ditandai dengan waspada seakan sesuatu buruk akan terjadi, merasa tidak nyaman, takut, khawatir yang terus-menerus, tidak mengalami gangguan menilai sebuah realitas, kepribadian masih tetap utuh, sikap atau perilaku dapat terganggu namun dalam rentang normal (Tanaya & Yuniartika, 2023). Kecemasan biasanya muncul pada seseorang ketika berhadapan dengan kondisi yang tidak

menggembirakan (Tobing & Wulandari, 2021). Perasaan cemas ini merupakan keadaan emosi yang dirasakan secara subjektif dengan objek yang tidak jelas.

Kecemasan merupakan sesuatu yang penting untuk dinilai pada penderita hipertensi, karena kecemasan sering kali disertai dengan gejala fisik seperti jantung berdebar-debar. Seseorang yang cemas sering kali menyerang kognitifnya dalam mepersepsikan sesuatu dan sering kali berfokus pada stressor yang dialaminya saja. Pada penderita hipertensi yang mengalami kecemasan, maka reaksi yang terjadi di dalam tubuhnya yaitu adanya pelepasan bahan kimia seperti adrenalin ke dalam darah sehingga mengakibatkan terjadinya denyut jantung yang meningkat, nafas menjadi pendek dan berat, sering berkeringat, dan tekanan darah meningkat (Tobing & Wulandari, 2021). Jika kondisi kecemasan ini terus-menerus terjadi pada penderita hipertensi maka akan memperburuk kondisinya dan lama-kelamaan akan menimbulkan gangguan terhadap fungsi organ sehingga menimbulkan komplikasi seperti jantung dan stroke (Zahara, 2017).

Penderita hipertensi yang mengalami kecemasan harus mendapatkan penanganan yang baik agar kecemasannya menurun. Kecemasan dapat diatasi dengan teknik farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi dapat direalisasikan dengan obat anti ansietas yang disebut anxiolytic yang berguna untuk menurunkan cemas namun terdapat efek ketergantungan (Kurniawan dkk, 2019). Sedangkan teknik non farmakologi dapat membantu tubuh menjadi rileks tanpa efek ketergantungan. Salah satu cara non farmakologis yang dapat

digunakan untuk menurunkan kecemasan yaitu teknik hipnosis lima jari (Ardianto & Aghadiati, 2024). Terapi hipnosis lima jari merupakan salah satu terapi yang dapat menimbulkan efek relaksasi sehingga dapat mengurangi kecemasan seseorang (Firmawati dkk, 2024). Seseorang melakukan hipnosis pada dirinya sendiri dengan cara membayangkan orang-orang terdekat yang dicintai, membayangkan perasaan ketika dipuji orang lain serta memikirkan pengalaman yang menyenangkan seperti membayangkan jalan-jalan ketempat yang sukai secara sadar atau dalam keadaan rileks dengan mengerakan jari-jari sesuai perintah.

Penelitian yang dilakukan oleh Khoirunisa dkk (2022) pada 56 responden lansia menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi hipnosis lima jari selama 10-30 menit dalam sehari. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa tingkat kecemasan lansia yang menderita hipertensi sebelum diberikan terapi hipnosis lima jari, mayoritas mengalami kecemasan ringa. Setelah dilakukan terapi hipnosis lima jari, mayoritas responden mengalami kecemasan normal. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Slametiningsih & Rachmawati, 2018) didapatkan bahwa tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi sesudah dilakukan terapi hipnosis lima jari adalah kecemasan ringan.

Selanjutnya penelitian oleh Pratama dkk (2022) didapatkan data bahwa tingkat kecemasan pada pasien lansia penderita hipertensi setelah dilakukan terapi hipnosis lima jari mengalami penurunan. Sebelum dilakukan terapi ini

ditemukan sebanyak 18 responden mengalami kecemasan sedang. Setelah dilakukan terapi hipnosis lima jari, semua responden mengalami penurunan tingkat kecemasan menjadi kecemasan ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardianto & Aghadiati (2024) didapatkan bahwa tingkat kecemasan pada lansia yang mengalami hipertensi sesudah dilakukan terapi adalah kecemasan ringan sebanyak 24 responden. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Firmawati dkk, (2024) selama 4 hari juga menunjukkan terdapat penurunan tingkat kecemasan responden menjadi kecemasan ringan. Peneliti beranggapan bahwa penurunan kecemasan pada pasien hipertensi dengan terapi hipnosis lima jari lebih efektif digunakan.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan kepada Tn. S didapatkan data bahwa Tn. S telah terdiagnosa hipertensi sejak 1 tahun yang lalu, dan telah dilakukan pengukuran tingkat ansietas menggunakan kuesioner *Self Rating anxiety Scale* (SRAS) dengan tingkat kecemasan sedang. Hasil ini didukung dengan data hasil wawancara dimana Tn. S sering merasa cemas terkait penyakitnya mengingat 1 bulan yang lalu Tn. S masuk IGD akibat pusing yang hebat yang disebabkan oleh tekanan darahnya meningkat. Rasa cemas Tn. S bertambah ketika akan kontrol ulang ke rumah sakit. Tn. S takut jika hasil pemeriksaannya bertambah buruk. Saat ini, Tn. S tinggal sendiri di rumah, sementara istrinya sedang tinggal bersama anaknya yang baru melahirkan. Hal ini juga membuat Tn. S cemas takut terjadi apa-apa ketika sendirian.

Berdasarkan data yang didapatkan, penulis tertarik untuk membuat karya ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Tn. S Dengan Ansietas Pada Hipertensi Dengan Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang”.

B. Tujuan Penulisan KIA

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari karya ilmiah ini adalah agar mampu mendeskripsikan asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian dan analisa data asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang
- b. Mendeskripsikan rumusan diagnosa keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang
- c. Mendeskripsikan intervensi keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang

- d. Mendeskripsikan implementasi keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang
- e. Mendeskripsikan evaluasi keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang
- f. Mendeskripsikan asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari di Kelurahan Pasie Nan Tigo Kota Padang

C. Manfaat Penulisan KIA

1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini dapat menjadi referensi dan informasi untuk memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan ansietas pada hipertensi dengan penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan ansietas.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil karya ilmiah ini dapat menjadi bahan informasi bagi pemberi asuhan keperawatan dalam mengatasi ansietas pada penderita hipertensi serta dapat meningkatkan pelayanan yang maksimal nantinya sebagai tenaga kesehatan yang professional.