

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar belakang**

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang dihadapi hampir di setiap negara karena dapat menyebabkan penyakit jantung dan stroke otak, yang keduanya memiliki risiko kematian yang tinggi. Hipertensi menjadi perhatian serius karena sering kali datang tanpa gejala yang jelas atau tidak disadari oleh penderitanya. Bahkan, saat gejala muncul biasanya tidak terlihat nyata, sehingga banyak orang tidak menyadari bahwa mereka sedang mengalami hipertensi. Jika kondisi ini dibiarkan berlanjut tanpa pengobatan, hipertensi dapat menyebabkan kerusakan serius pada sistem kardiovaskular, termasuk jantung dan pembuluh darah (Sunarti et al., 2024).

*World Health Organization* (WHO) 2021, hipertensi adalah hal yang cukup sering terjadi, hal ini terbukti sebanyak 1,28 juta orang yang berusia 30–79 tahun mengalaminya, sedangkan prevalensi secara keseluruhan sekitar 34,1%. Kasus di Indonesia juga meningkat mencapai 25,9% pada tahun 2021. Menurut WHO (2021), 46% orang dewasa menderita tekanan darah tinggi tanpa menyadari gejalanya. Menurut Kementerian Kesehatan (2019) 25% kasus hipertensi di Indonesia tergolong tidak terdiagnosis (Relica & Mariyati, 2024).

Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, menyatakan prevalensi kejadian hipertensi pada penduduk yang berusia 18-24 tahun sebesar 11,1 %, penduduk yang berusia 25-34 tahun sebesar 19,2%, penduduk yang berusia 35-44 tahun sebesar

32,4% sedangkan pada penduduk yang berusia 55-64 tahun sebesar 68,2%. Kemenkes RI menjelaskan sampai saat ini, hipertensi merupakan penyakit yang memiliki prevalensi tinggi sebesar 30,8% berdasarkan data SKI tahun 2023. Prevalensi hipertensi berdasarkan pada hasil pengukuran berdasarkan data SKI tahun 2023 per kabupaten/kota Provinsi Sumatera Barat sebesar 24,1%, prevalensi hipertensi di Kota Padang sebesar 21,75% berada pada peringkat ke 7 per Kab/Kota (Survey Kesehatan Indonesia, 2023)

Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang (2020), menjelaskan bahwa penderita hipertensi di Kota Padang mencapai 156.870 orang, dengan prevalensi tertinggi di Puskesmas Andalas yaitu sebanyak 14.355 orang dan yang kedua di Puskesmas Lubuk Buaya sebanyak 11.449 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2021). Hipertensi merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah arteri, yang nilainya melebihi 140 mmHg untuk tekanan sistolik dan 90 mmHg untuk tekanan diastolik. Tekanan darah sistolik merupakan tekanan darah yang terukur oleh alat tensimeter ketika jantung menguncup sehingga mencapai angka tertinggi, sementara tekanan darah diastolik merupakan tekanan darah yang terukur saat jantung mengembang sehingga angkanya terendah (Priyo Handono, 2024).

Dalam kehidupan sehari-hari, hipertensi lebih dikenal masyarakat dengan sebutan darah tinggi. Berdasarkan standar dari WHO, seseorang dianggap menderita hipertensi jika tekanan sistolik mencapai atau melebihi 140 mmHg, atau tekanan diastoliknya mencapai atau melebihi 90 mmHg (WHO, 2023).

Hipertensi tidak hanya berbahaya karena dapat menyebabkan tekanan darah tinggi tetapi juga karena dapat menyebabkan komplikasi serius, seperti penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke. Selain itu penderita hipertensi dalam jangka panjang akan mengalami perubahan psikologis, termasuk pengalaman emosional jangka pendek yang merupakan respon alami terhadap peristiwa stres atau sesuatu yang mengancam jiwa. Penderita hipertensi kerap mengalami gangguan psikologis berupa kecemasan dan kegelisahan yang diakibatkan oleh kondisi kesehatan mereka (Kunoviana & Maliya, 2025).

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 mempersepsikan 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 (Ningrum, 2023).

Penanganan kecemasan dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis (Jiang, 2024). 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. Terapi nonfarmakologis kerap dipilih karena lebih terjangkau, aman, dan mudah diakses (Astuti, 2024).

Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat diterapkan adalah terapi *butterfly hug*. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *butterfly hug* dapat mengurangi kecemasan, memberikan rasa aman dan nyaman, serta meningkatkan konsentrasi sehingga membantu individu merasa lebih tenang. *Butterfly Hug* merupakan teknik turunan dari pendekatan *Eye Movement Desensitization and Reprocessing* (EMDR), yaitu terapi psikologis yang bertujuan untuk memproses pengalaman traumatis dan mengurangi beban emosional yang ditimbulkannya (Tata Mahyuvi & Sukma Cahya Ramadhan, 2025). Teknik ini dilakukan dengan

menggerakkan tangan secara bergantian di dada, menirukan gerakan sayap kupu-kupu, sekaligus berfokus pada pengalaman yang menenangkan secara emosional. Dalam konteks EMDR, *butterfly Hug* digunakan untuk membantu individu mengakses sumber daya emosional internal, meningkatkan perasaan aman, dan mengurangi intensitas kecemasan (Cagaoan, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti dkk (2024) pada 26 responden menunjukkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan yang ditandai dengan denyut nadi yang lebih stabil setelah diberikan terapi *butterfly hug* selama 10-15 menit dua kali dalam sehari ( $p < 0.05$ ). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cagaoan dkk (2023) dimana dari 10 responden yang dibagi kedalam dua grup didapatkan hasil bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan dengan hasil tes ( $t = 7.483$ ,  $p = 0.001$ ) dengan indikasi signifikansi 0.025.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Aulia (2024) terhadap 42 responden didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh dari pemberian *butterfly hug* terhadap tingkat kecemasan. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa tingkat kecemasan responden sebelum diberikan terapi *butterfly hug* sebagian besar berada di tingkat kecemasan ringan dan setelah diberikan terapi *butterfly hug* tingkat kecemasan responden menurun menjadi tidak ada kecemasan. Hal ini sejalan dengan penelitian Naspufah (2022) menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan mahasiswa setelah diberikan terapi *butterfly hug* (Aulia et al., 2024).

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Christina (2025) didapatkan bahwa tingkat kecemasan pada responden lansia setelah diberikan terapi *butterfly*

*hug* mengalami penurunan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Heningsih di UPT PSTW Jombang-Kediri (2021) menunjukkan bahwa teknik *butterfly hug* dapat menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Hasil serupa ditemukan oleh Siti Aisyah (2021), yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari intervensi *Butterfly Hug* terhadap tingkat kecemasan dan stres (Ramdhani Zalsa Dwi, 2023).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan kepada Ny. N didapatkan data bahwa Ny. N telah menderita hipertensi sejak 5 tahun yang lalu, dan telah dilakukan pengukuran tingkat ansietas menggunakan kuesioner *Zung Self Rating Anxiety Scale* (SRAS) dengan tingkat kecemasan sedang. Hasil ini didukung oleh hasil wawancara yang telah dilakukan kepada Ny. N dimana didapatkan data bahwa Ny. N sering merasa cemas akan penyakit yang dideritanya, bahkan satu waktu cemas yang dirasakan membuat Ny. N sulit untuk tidur. Cemas yang dirasakan oleh Ny. N akan bertambah apabila tiba jadwal kontrol kerumah sakit Ny. N takut hasil pemeriksaannya bertambah buruk. Saat ini Ny. N hanya tinggal bersama anak-anaknya karena suami Ny. N sudah pisah rumah. Anak-anak Ny. N sudah ada yang bekerja dan masih ada yang duduk dibangku sekolah. Hal ini memberikan kecemasan tersendiri kepada Ny. N apabila terjadi apa-apa pada dirinya ketika anak-anaknya sedang tidak berada dirumah.

Berdasarkan data yang didapatkan, penulis tertarik untuk membuat karya ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Ny. N Dengan Kecemasan Pada Hipertensi Dengan Penerapan Terapi *Butterfly Hug* Di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang”.

## B. Tujuan Penulisan KIA

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari karya ilmiah ini adalah agar mampu mendeskripsikan asuhan keperawatan pada klien dengan kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian dan analisa data asuhan keperawatan pada klien dengan kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang
- b. Mendeskripsikan rumusan diagnosa keperawatan pada klien dengan kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang.
- c. Mendeskripsikan intervensi keperawatan pada klien dengan kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang.
- d. Mendeskripsikan implementasi keperawatan pada klien dengan kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang.
- e. Mendeskripsikan evaluasi keperawatan pada klien dengan kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* di Kelurahan Batang Kabung Ganting Kota Padang.

- f. Mendeskripsikan asuhan keperawatan pada klien dengan kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* di Kelurahan Batang Kabung Ganting 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 kecemasan pada hipertensi dengan penerapan terapi *butterfly hug* untuk menurunkan kecemasan.

#### 2. Bagi Pelayanan Kesehatan

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

