

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Menurut Cheryl (2017) hipertensi merupakan peningkatan lebih dari atau sama dengan 140 mmHg pada tekanan darah sistolik dan peningkatan lebih dari atau sama dengan 90 mmHg tekanan darah diastolik. Sedangkan menurut Kementerian Kesehatan RI (2013) hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah dengan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang. Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai “*Silent Killer*” (pembunuh siluman), karena sering kali pasien hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan sesuatu gangguan atau gejala (Triyanto, 2014).

Menurut WHO (2019) prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Dari sejumlah penderita tersebut, hanya kurang dari 1/5 yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27%. WHO juga memperkirakan 1 diantara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki, yaitu 1 diantara 4.

Menurut Kementerian Kesehatan (2018) angka kejadian hipertensi tertinggi di provinsi Sulawesi Utara yaitu 13,21%, Kalimantan Timur 10,57%,

Kalimantan Utara 10,46%, DKI Jakarta 10,17%, dan Sulawesi Tenggara 10,17% dari 300.000 rumah tangga yang dipilih dan dikunjungi di Indonesia.

Hipertensi merupakan penyakit berakibat fatal jika tidak dikontrol dan tidak dapat disembuhkan sehingga berdampak secara fisik dan dapat mempengaruhi kondisi psikologis seseorang (Pertiwi, 2017). Penyakit hipertensi menyebabkan komplikasi yang serius bila tidak dapat penanganan. Komplikasi hipertensi terjadi karena kerusakan organ yang diakibatkan peningkatan tekanan darah yang sangat tinggi dalam waktu lama. Tingginya tekanan darah yang lama tentu saja akan merusak pembuluh darah di seluruh tubuh. Penyakit mata, jantung, ginjal dan otak merupakan komplikasi yang mungkin timbul oleh penyakit hipertensi (Smeltzer & bare, 2004). Komplikasi dari hipertensi ini merupakan faktor yang menyebabkan kecemasan pada pasien, kecemasan ini muncul karena ketakutan kondisi yang lebih buruk akan terjadi (Rizal, Rizani, & Marwansyah, 2019)

Menurut Zaini (2019) kecemasan merupakan respon tubuh terhadap peristiwa yang terjadi, dimana respon tubuh tersebut lebih bersifat negatif sehingga menimbulkan ketidaknyamanan bagi penderita. Menurut *World Health Organization* (2017) bahwa gangguan kecemasan merupakan masalah yang serius, dengan prevalensi 14,9% atau sekitar 264 juta orang mengalami kecemasan di dunia. Menurut Riskesdas (2018) menyatakan bahwa sebesar 9,8 % usia 15 tahun keatas di indonesia mengalami ansietas, dengan kata lain 25,97 juta penduduk di indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala ansietas .

Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi kecemasan dapat dicapai dengan pengobatan atau terapi farmakologis maupun dengan intervensi secara mandiri (terapi nonfarmakologis). Intervensi secara non farmakologi atau secara mandiri seperti terapi *spiritual emotional freedom technique (SEFT)*. Terapi *spiritual emotional freedom technique (SEFT)* menggabungkan sistim energi tubuh (energy medicine) dan terapi spritual. Spiritual yang digunakan dalam SEFT adalah doa yang diafirmasikan oleh klien pada saat akan dimulai hingga sesi terapi berakhir, yaitu fase *set-up, tune-in, dan tapping*. Pada fase *set-up*, klien diminta untuk berdoa kepada tuhan yang maha esa dengan penuh rasa khusyu', ikhlas menerima dan kita pasrahkan kesembuhannya pada tuhan yang maha esa (Rofacky & Aini, 2015).

Terapi *spiritual emotional freedom technique (SEFT)* digunakan lebih aman, lebih mudah dan sederhana dengan menggunakan *tapping* (ketukan ringan) pada titik-titik tertentu pada tubuh (Zainuddin, 2009). Menurut Thayib (2010) dengan menstimulasi titik-titik meredian tubuh selama 10-15 menit dengan intensitas yang sama dapat membantu mengurangi kecemasan dan membuat perasaan menjadi lebih tenang dan nyaman. Sesuai dengan penelitian Fatmasari (2019) menyatakan bahwa terapi SEFT dapat menurunkan tingkat kecemasan hal ini karena terapi SEFT menggunakan *tapping* (ketukan ringan) pada titik *acupoint*. Dengan melakukan *tapping* maka akan terjadi penurunan aktivitas amygdala, hipokampus dan area otak lainnya sehingga terjadi penurunan aktivitas gelombang otak yang mengakibatkan munculnya efek relaksasi yang akan menetralsir segala ketegangan emosi yang dialami oleh

individu.

Selain itu terapi *spritual emotional freedom technique (SEFT)* efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Berdasarkan penelitian Sartika (2018) bahwa setelah dilakukan terapi SEFT terjadi penurunan tekanan darah yang mana sebelum diberikan terapi SEFT tekanan darah sistolik sebesar 162,67 mmHg dan diastolik 98 mmHg, setelah diberikan terapi SEFT tekanan darah mengalami penurunan yang mana tekanan darah sistolik 139,33 mmHg dan tekanan darah diastolik 90,67 mmHg. Sedangkan menurut penelitian Huda (2018) menyatakan bahwa terapi SEFT ini dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi yang mana sebelum terapi SEFT tekanan darah sistolik sebesar 167,69 mmHg dan tekanan darah diastolik 88,46 mmHg, sedangkan setelah dilakukan terapi SEFT terjadi penurunan tekanan darah yang mana tekanan darah sistolik sebesar 142 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 83,33 mmHg.

SEFT secara prinsip kurang lebih sama dengan akupuntur dan akupresur. Ketiganya berusaha merangsang titik-titik kunci di sepanjang 12 jalur energi (energi meridian) tubuh. SEFT menggunakan unsur spritual dan cara yang digunakan lebih aman, lebih cepat dan lebih sederhana dibandingkan akupuntur dan akupresur, karena SEFT ini hanya menggunakan ketukan-ketukan ringan (*tapping*), sedangkan pada akupuntur menggunakan jarum untuk merangsang titik-titik tertentu dan pada akupresur merangsang dengan menekan dengan kuat titik pada kaki (Saputra, 2012). Sedangkan menurut Naufal (2007) teknik SEFT ini digunakan untuk mengobati masalah emosi dan

fisik dengan menggunakan ketukan ringan hampir tanpa efek samping. Sedangkan menurut Maswarni & Hayana (2020) Terapi SEFT ini sangat mudah dipelajari oleh siapapun bisa dipelajari secara ortodidak dan bisa dilakukan oleh siapa saja.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada pasien Ny. S yang merupakan penderita hipertensi. Pengkajian dengan menggunakan instrument kecemasan *HARS (Hamilton Rating Scale For Anxiety)* didapatkan bahwa Ny. S saat ini merasa cemas dan khawatir akan kondisi kesehatannya dimana Ny. S mengatakan tekanan darahnya sering naik turun dan cemas akan memperburuk keadaan kesehatannya, selain itu Ny. S pernah dilarikan ke IGD karena tekanan darahnya yang tinggi, ditambah lagi kondisi pandemi covid-19 saat ini. Hal ini berdampak secara fisik dan psikologis pada Ny. S seperti mengalami gangguan pola tidur, sering merasa pusing, dan dada terasa berdebar – debar.

Berdasarkan data diatas, penulis tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah dengan judul “Asuhan Keperawatan ansietas pada Ny. S dengan Hipertensi dan Penerapan *SEFT (Spiritual Emotional Freedom Technique)* di Pasaman Barat Tahun 2021”



## B. Tujuan

### 1. Tujuan umum

Tujuan umum karya ilmiah akhir ini adalah agar mahasiswa mampu memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif pada pasien Ny. S

dengan penyakit Hipertensi dan mampu menerapkan terapi *SEFT (Spritual Emotional Freedom Technique)* pada pasien.

## 2. Tujuan khusus

Tujuan khusus karya ilmiah akhir ini adalah mahasiswa mampu :

- a. Melakukan pengkajian pada pasien dengan ansietas
- b. Menegakkan diagnosa keperawatan pada pasien dengan ansietas
- c. Merumuskan intervensi keperawatan pada pasien dengan ansietas
- d. Melaksanakan implementasi pada pasien dengan ansietas dan menerapkan terapi *SEFT (Spritual Emotional Freedom Technique)*
- e. Melaksanakan evaluasi pada pasien dengan ansietas

## C. Mamfaat

### 1. Bagi profesi keperawatan

Hasil karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien dengan penyakit Hipertensi dengan ansietas dan dapat menerapkan terapi *SEFT (spritual emotional Freedom Technique)* dalam menurunkan ansietas.

### 2. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil karya ilmiah akhir ini dapat menjadi acuan pelaksanaan asuhan keperawatan yang profesional pada pasien hipertensi dengan ansietas dengan menerapkan terapi *SEFT (spritual emotional Freedom Technique)* dalam menurunkan ansietas.



3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil karya ilmiah akhir ini dapat dijadikan pedoman untuk peneliti selanjutnya dan sebagai referensi agar lebih dikembangkan lagi.



