

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Tekanan darah tinggi di seluruh dunia sekitar 1,13 miliar orang terdiagnosis, dapat dikatakan bahwa sepertiga penduduk dunia terdiagnosis hipertensi hal ini dinyatakan dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2015. Individu dengan riwayat hipertensi mengalami kenaikan dari tahun ke tahun, diperkirakan tahun 2025, 1,5 miliar penduduk akan menderita hipertensi, dan 10,44 juta orang diperkirakan wafat disebabkan tekanan darah tinggi dan komplikasinya setiap tahun (P2PTM KemKes RI, 2019).

Riskesdas 2018 mencatat bahwa prevalensi tekanan darah tinggi berumur 18 tahun yaitu 34,1%, teratas di Kalimantan Selatan (44,1%), dan terbawah di Papua (22,2%), menurut pengukuran. Besaran masalah darah tinggi di Indonesia diperkirakan sekitar 63.309.620, dibandingkan kasus kematian disebabkan hipertensi di Indonesia yaitu 427.218. Tekanan darah tinggi timbul pada golongan usia 31-44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%), dan 55-64 tahun (55,2%). Berdasarkan data tekanan darah tinggi 34,1%, 8,8% dinyatakan darah tinggi, 13,3% dinyatakan hipertensi tanpa mengkonsumsi obat, dan 32,3% tidak mengkonsumsi obat secara rutin. Hal tersebut menandakan bahwa kebanyakan penderita darah tinggi tidak tahu bahwa mereka mempunyai riwayat hipertensi, sehingga mereka tidak memperoleh penyembuhan (P2PTM KemKes RI, 2019).

Silent killer diciptakan sebagai sebutan dari hipertensi, dikarenakan seringkali tidak memiliki sambatan utama sehingga pengidap tidak mengetahuinya, baru setelah timbul komplikasi. Kerusakan organ disebabkan dari hipertensi akan ditentukan oleh hasil ukuran tekanan darah dan juga jangka waktu keadaan tekanan darah yang ditangani cukup lama. Organ tubuh tersebut diantaranya yaitu otak, mata, jantung, ginjal, dan juga mampu mempengaruhi arteri perifer (P2PTM KemKes RI, 2019). Mencegah terjadinya komplikasi seperti nyeri dada atau disebut angina, serangan jantung, gagal jantung, gangguan ginjal, gangguan penglihatan dan sebagainya dapat ditangani dengan terapi farmakologi diantaranya seperti

pemberian diuretik, betabloker, vasodilator, ACE inhibitor dan sebagainya (WHO, 2021; Wijaya & Putri, 2014).

Kerusakan dalam bentuk fisiologis, penyembuhan dalam ukuran waktu jangka lama, dan akibat yang dialami oleh pengidap hipertensi akan mengakibatkan penderita mengalami gangguan secara psikologis, salah satunya yaitu kecemasan (ansietas) (Slametiningsih & Rachmawati, 2016). Kecemasan didefinisikan sebagai respons sensorik yang tidak terkendali yang berasal dari internal maupun eksternal, atau dapat diartikan sebagai respons terhadap sumber yang diketahui, ancaman eksternal, nyata, atau non-konflik (Anggit, 2019). Kecemasan pada pasien hipertensi terjadi dapat timbul karena hal yang buruk akan terjadi, sehingga pada pasien hipertensi mampu mengalami kecemasan ringan, sedang, maupun berat (Rizal et al., 2019).

Hasil penelitian Banon et al., (2014) di Desa Pisangan Timur, Jakarta Timur sebanyak 64 subjek didapatkan hasil hingga 6,88% merasakan kecemasan dikarenakan tekanan darah tinggi. Jika pasien memiliki kecemasan yang melampaui batas wajar dan terus menerus akan memberikan akibat yang buruk diantaranya seperti 1) mengganggu system saraf pusat, 2) meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, 3) menyebabkan masalah pencernaan, 4) melemahkan system imun tubuh, dan 5) menyebabkan masalah pernapasan (Makarim, 2021).

Penanganan yang baik dalam menurunkan kecemasan merupakan hal yang dibutuhkan oleh penderita darah tinggi dapat diatasi dengan dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Manajemen farmakologi memanfaatkan obat kecemasan benzodiazepine yang dikonsumsi untuk ukuran singkat karena dapat ketergantungan jika dipergunakan untuk jangka panjang. Selanjutnya manajemen non farmakologi mampu dilakukan dengan cara pemberian intervensi generalis antara lain, membahas pencetus kecemasan dan mempraktikkan teknik relaksasi fisik, distraksi, hipnosis lima jari dan kegiatan rohani (Keliat & Akemat, 2012).

Perawatan keperawatan diperlukan untuk menurunkan tingkat kecemasan salah satunya yaitu memberikan terapi hipnotis lima jari. Terapi hipnosis lima jari adalah pengobatan keperawatan yang komprehensif dimana penderita melakukan *self-hypnosis* untuk membuat pasien membayangkan pengalamannya yang mengesankan, sehingga diharapkan derajat kecemasan penderita berkurang

(Endang et al., 2014). Pemberian terapi *self-hypnosis* bertujuan kepada menurunkan ansietas, kekakuan, dan pikiran seseorang dengan mengaitkan saraf parasimpatis, selain itu peningkatan kerja jantung dapat menurun beserta pernafasan, tekanan darah, kelenjar keringat (Kozier, 2010).

Langkah-langkah dalam menerapkan terapi ini yaitu pertama meminta pasien untuk menarik nafas sebanyak 2-3 kali lalu meminta pasien memejamkan mata supaya tidak tegang, selanjutnya bantu pasien untuk menghipnosis dirinya sendiri menggunakan jari jarinya. Jari telunjuk yaitu untuk memikirkan saat sehat, sesehat-sehatnya selanjutnya jari tangan untuk membayangkan saat kita beriringan orang tersayang, selanjutnya jari manis untuk membayangkan pada saat kita mendapat pujian, dan yang akhir jari kelingking untuk memikirkan lokasi yang memiliki kenangan indah (Aisyah, 2019).

Hasil penelitian Aisyah (2019) mengungkapkan pada penelitiannya bahwa penerapan pengobatan hipnosis lima jari berhasil untuk menyurutkan derajat kecemasan pada pengidap darah tinggi. Sejalan dengan riset Slametningsih & Rachmawati (2016) kepada 28 responden yang mengalami kecemasan namun sesudah diberikan hipnosis lima jari mengalami penurunan derajat kecemasan dari 85,7% dengan kecemasan ringan dan 14,3% dengan kecemasan sedang, sesudah dilakukan hipnosis lima jari mengalami penurunan derajat kecemasan kurang lebih 42,9% dengan derajat ringan dan 7,1% dengan derajat sedang. Diikuti dengan hasil penelitian oleh Banon (2014) mengungkapkan bahwa hipnotis lima jari dapat menurunkan ansietas pada penderita darah tinggi yang dilakukan di Kelurahan Pisangan Timur Jakarta Timur.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti menemukan bahwa di Kecamatan Tarumajaya Bekasi terdapat pasien hipertensi mengalami kecemasan terhadap penyakitnya, pasien tersebut mengatakan bahwa mereka takut akan semakin parah dan menyebabkan stroke. Pasien tersebut juga mengatakan bahwa terdapat keluarga yang meninggal dikarenakan komplikasi dari hipertensi, oleh sebab itu pasien tersebut cemas akan penyakitnya. Pasien pertama mengatakan bahwa suaminya meninggal karena stroke, dan untuk mengatasi kecemasannya ia hanya mengalihkannya dengan beraktivitas seperti menonton tv atau berkumpul dengan teman temannya, namun pasien tersebut mengatakan bahwa hal tersebut

tidak sepenuhnya mengurangi rasa cemasnya, dan terkadang rasa cemas dapat timbul pada saat berbincang-bincang dengan temannya dikarenakan topic obrolan yang berkaitan dengan penyakitnya.

Pasien kedua mengatakan untuk mengatasi kecemasannya dengan berfikir positif, pasien tersebut menciptakan pikiran yang positif bahwa semuanya akan baik-baik saja jika dapat dikontrol. Pasien tersebut juga mengatakan bahwa tidak selalu dengan cara berpikir positif kecemasannya menurun, namun terkadang tetap merasakan cemas dikarenakan saudaranya pernah meninggal akibat komplikasi dari hipertensi.

Berdasarkan penjelasan diatas penulis terdorong untuk menggarap studi kasus berjudul analisis asuhan keperawatan dengan intervensi inovasi terapi hipnotis lima jari pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi.

I.2 Tujuan

I.2.1 Tujuan Umum

Adapun maksud dari penulisan karya ilmiah akhir ners ini yaitu untuk mendapatkan hasil analisis asuhan keperawatan dengan Intervensi Inovasi Terapi Hipnosiss Lima Jari Pada Pasien Hipertensi Yang Mengalami Kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Mendapatkan gambaran analisis pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi
- b. Mendapatkan gambaran diagnosa keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi
- c. Mendapatkan gambaran rencana intervensi keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi
- d. Mendapatkan gambaran implementasi keperawatan pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi
- e. Mendapatkan gambaran evaluasi keperawatan pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi

- f. Menerapkan *Evidence Based Nursing* terapi hipnosis lima jari pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan di Kecamatan Tarumajaya Bekasi

I.3 Manfaat Penulisan

- a. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien dan keluarga diharapkan sanggup menyerap asuhan keperawatan yang telah diberikan dan berupaya meminimalisir terjadinya masalah lebih lanjut.

- b. Bagi Institusi Pendidikan

Data serta hasil karya ilmiah tulis yang telah didapatkan mampu sebagai informasi data dan anjuran dalam lingkup pembelajaran keperawatan jiwa, sehingga data yang telah didapatkan dapat dikembangkan dalam praktik belajar lapangan.

- c. Bagi Pengembangan Ilmu

Hasil karya ilmiah akhir ners ini menambah keluasan ilmu di aspek keperawatan pada implementasi metode hipnosis lima jari yang mengacu pada pasien hipertensi yang mengalami kecemasan.