

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan suatu penyakit kardiovaskular biasanya ditandai dengan tidak adanya rasa tidak nyaman dan hanya diketahui setelah terjadi komplikasi. Penderita hipertensi sistolik memiliki tekanan darah ≥ 140 mmHg, dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg atau lebih (Jiuyin, 2019).

Prevalensi hipertensi akan meningkat itu terus tumbuh secara global setiap tahun. Pada tahun 2017, data American Heart Association (AHA) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk berusia 20 tahun atau lebih di Amerika Serikat adalah 32%. Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020, sekitar 1,56 miliar orang dewasa menderita hipertensi di seluruh dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya. Pada 2015, prevalensi global penderita hipertensi adalah 21,1%, dan pada tahun 2025 angka ini dapat meningkat menjadi 29,2%. Dari data hipertensi 972 juta orang, 333 juta orang berasal dari negara maju, dan 639 orang sisanya berasal dari negara berkembang, termasuk Indonesia (Jiuyin, 2019).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, sebanyak 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, di mana dua pertiganya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah per kapita. Selain itu, tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia dan menyebabkan setidaknya 45% kematian akibat penyakit jantung. WHO memperkirakan bahwa prevalensi hipertensi global saat ini mencakup 22%

dari total populasi dunia, dan kurang dari seperlima dari pasien hipertensi ini didedikasikan untuk pengendalian tekanan darah. Di Indonesia, menurut RISKESDAS 2018, angka prevalensi penyakit tersebut dilaporkan sebesar 34,11%, Sebelumnya Depkes RI sebesar 15,0% pada tahun 2013. Angka prevalensi di atas diperoleh dan terus meningkat melalui pengukuran tekanan darah pada RISKESDAS dengan berdasarkan kriteria JNC VII yaitu bila tekanan darah sistolik kurang lebih 140mmHg atau tekanan darah diastolik kurang lebih 90mmHg. Prevalensi ini lebih tinggi dibandingkan prevalensi pada tahun 2013 sebesar 25,8% (Moningka et al., 2021)

Perbandingan tahun 2013 dan 2018 Prevalensi hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan pada pasien berusia 60 tahun ke atas. Belakangan ini kita mulai sering mendapati kejadian hipertensi pada usia yang relatif lebih muda di masyarakat kita. Hal ini dapat dilihat dari prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 pada kelompok usia muda, yaitu kelompok usia 18-24 tahun sebesar 8.7%, kelompok usia 25-34 tahun sebesar 14.7% dan pada kelompok usia 35-44 tahun sebesar 24.8%.⁴ Dan dari hasil riset yang terbaru pada tahun 2018 angka ini mengalami peningkatan yang cukup signifikan menjadi 13.2% pada usia 18-24 tahun, 20.1% di usia 25-34 tahun dan 31.6% pada kelompok usia 25-44 tahun (WHO, 2013).

Faktor risiko terjadinya hipertensi dapat disebabkan oleh faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, genetik, obesitas, aktivitas fisik, merokok, stres, gaya hidup dan kebiasaan makan. Hipertensi yang tidak terkontrol akan menimbulkan berbagai komplikasi, bila mengenai jantung kemungkinan dapat

terjadi infark miokard, jantung koroner, gagal jantung kongestif, bila mengenai otak terjadi stroke, ensefalopati hipertensif, dan bila mengenai ginjal terjadi gagal ginjal kronis, sedangkan bila mengenai mata akan terjadi retinopati hipertensif. Dari berbagai komplikasi yang mungkin timbul merupakan penyakit yang sangat serius dan berdampak terhadap psikologis penderita karena kualitas hidupnya rendah terutama pada kasus stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung. Mengonsumsi makanan tinggi lemak dan natrium dapat memengaruhi tinggi badan kelas bawah peningkatan tekanan darah dalam tubuh menyebabkan tekanan darah tinggi. Peningkatan kandungan natrium dalam darah dapat merangsang sekresi renin dan menyebabkan pembuluh darah tepi menyempit, yang berujung pada peningkatan tekanan darah (Yasin & Amalia, 2020).

Hipertensi merupakan penyakit tanpa gejala yang menyebabkan kematian secara tiba-tiba. Keadaan ini akan membuat khawatir para penderitanya sehingga tekanan darah akan cepat meningkat dan tanpa disadari gejalanya. Ini menunjukkan bahwa pasien yang menderita hipertensi memiliki kecemasan terhadap penyakitnya. Pasien hipertensi menderita kecemasan menunjukkan gejala fisik (perkembangan gejala fisik) dan kegugupan atau ketakutan. Gejala fisik dari kecemasan dapat terjadi, seperti: pusing atau pusing, diare, berkeringat, sulit bernafas, mual dan muntah, tekanan darah tinggi, lubang atau jantung, pupil membesar atau membesar, gelisah, gelisah, gemetar atau gemetar, pingsan, sistem saluran kencing penyakit. Kecemasan tidak hanya menyebabkan gejala-gejala di atas, tetapi juga mempengaruhi

proses berpikir, persepsi dan proses belajar. Kecemasan juga dapat menyebabkan kebingungan pada tempat, waktu, dan arah orang atau peristiwa, membuat orang terlihat bingung (Syukri, 2019).

Kecemasan merupakan hal yang normal di dalam kehidupan karena kecemasan sangat dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam. Namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, maka kecemasan akan mengganggu aktivitas sehari-hari dan disebut sebagai gangguan kecemasan. Kecemasan dapat diekspresikan melalui respons fisiologis, yaitu tubuh memberi respons dengan mengaktifkan sistem saraf otonom (simpatis maupun parasimpatis). Sistem saraf simpatis akan mengaktifasi respons tubuh, sedangkan sistem saraf parasimpatis akan meminimalkan respons tubuh. Reaksi tubuh terhadap kecemasan adalah “fight or flight” (reaksi fisik tubuh terhadap ancaman dari luar), bila korteks otak menerima rangsang akan dikirim melalui saraf simpatis ke kelenjar adrenal yang akan melepaskan hormon epinefrin (adrenalin) yang merangsang jantung dan pembuluh darah sehingga efeknya adalah nafas menjadi lebih dalam, nadi meningkat, dan tekanan darah meningkat atau hipertensi (Erlin Winengsi1 & UMJ, 2019).

Kecemasan merupakan salah satu penyakit jiwa yang banyak dialami oleh banyak orang. Dalam bahasa Arab, ketika sesuatu menjadi mendesak, itu akan bergerak pada tempatnya. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa bentuk kecemasan adalah suatu perubahan, bertentangan dengan apa yang Allah katakan di dalam Firman Allah SWT :

عِبَادِي فِي فَادْحُلِّي ﴿٢٨﴾ مَرْضِيَّةً رَاضِيَةً رَبِّكَ إِلَيَّ ارْجِعِي ﴿٢٧﴾ الْمُطْمَئِنَّةُ النَّفْسُ أَيُّهَا يَا
﴿٣٠﴾ جَنَّتِي وَادْحُلِّي ﴿٢٩﴾

Hai jiwa yang tenang, kembalilah kepada Tuhanmu dengan hati yang puas lagi diridhai; lalu masuklah ke dalam jemaah hamba-hamba-Ku, dan masuklah ke dalam surga-Ku (QS al-Fajr [89]: 27-30).

Setiap individu dipastikan akan mengalami kecemasan, kecemasan dapat terlihat dengan adanya ekspresi takut, khawatir yang mendalam dan dapat terjadi secara terus-menerus, apabila terjadinya kecemasan tidak sesuai dengan yang diharapkan dan tidak selaras dengan kehidupan serta dialami dalam jangka waktu yang lama makan bisa mengakibatkan kelelahan yang berat, bisa terjadi depresi, hipertensi, stroke bahkan dapat mengakibatkan terjadinya kematian. Dengan demikian untuk mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi dapat dicegah dengan penatalaksanaan terapi farmakologi dan non farmakologi. Intervensi keperawatan dalam non farmakologi untuk mengatasi kecemasan pada pasien hipertensi dengan meditasi (relaksasi). Salah satu alternatif relaksasi pada penderita hipertensi adalah dengan terapi hipnotis lima jari. Hipnotis lima jari dikenal juga dengan menghipnotis diri yang bertujuan untuk pemograman diri, menghilangkan kecemasan dengan melibatkan saraf parasimpatis dan akan menurunkan peningkatan kerja jantung, pernafasan, tekanan darah.

Terapi hipnotis lima jari terbukti menurut BMA (British Medical Association) menyatakan bahwa hipnotis ini layak digunakan untuk mengobati histeria dan digunakan sebagai anestesi dan aman digunakan untuk mengurangi beban dan efektif digunakan. Terapi hipnotis lima jari ini dapat

digunakan sebagai terapi non farmakologi tekanan darah terhadap kecemasan dan dapat membantu mengontrol tekanan darah dengan metode non farmakologi hipnotis lima jari ini dilakukan dengan cara metode tarik nafas sebanyak 3 kali dan dilakukan selama $\pm 15-10$ menit, posisikan klien rileks dan pejamkan mata kemudian menyentuhkan ibu jari dan telunjuk seterusnya hingga pindah sampai ke jari kelingking klien dengan kata-kata dan membayangkan sesuatu yang indah sesuai perintah dan arahan serta menjadi salah satu intervensi perawat dapat menggunakan terapi hipnotis ini untuk meningkatkan kenyamanan dan mengatasi peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi. Hasil penelitian ini data karakteristik responden berdasarkan lama menderita hipertensi didapatkan bahwa mayoritasnya adalah sama. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Cheung, et.al (2005) bahwa lama hipertensi memang mempunyai hubungan dengan tingkat kecemasan responden. Responden yang menyadari adanya gejala hipertensi, memiliki perasaan khawatir dan takut, sehingga menimbulkan kecemasan. Lama proses pengobatan penyakit hipertensi yang tidak kunjung sembuh, juga semakin menambah tingkat kecemasan (Winengsi, 2019).

I.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penulisan ini adalah asuhan keperawatan dengan pemberian terapi hipnosis lima jari terhadap kecemasan pada pasien hipertensi

I.3 Tujuan Studi Kasus

I.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi efektifitas asuhan keperawatan dengan pemberian terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi, dengan Metode Studi Literature.

I.3.2 Tujuan Khusus

1. Penulis mampu mengidentifikasi kecemasan dengan pemberian terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi, dengan Metode Studi Literature.
2. Penulis mampu mengidentifikasi diagnosa keperawatan dengan pemberian, terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi, dengan Metode Studi Literature
3. Penulis mampu menyusun intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan ansietas
4. Penulis mampu menyusun implementasi pemberian terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi, dengan Metode Studi Literature.
5. Penulis mampu menyusun evaluasi keperawatan dengan pemberian terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi , dengan Metode Studi Literature.
6. Penulis mampu mendokumentasikan evaluasi keperawatan dengan pemberian terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi , dengan Metode Studi Literature

I.4 Manfaat Studi Kasus

I.4.1 Bagi masyarakat

Memberikan pengetahuan kepada klien hipertensi dalam menerapkan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan dan mengurangi ansietas.

I.4.2 Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan

Sebagai bahan untuk meningkatkan perkembangan ilmu keperawatan jiwa khususnya tentang penerapan terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas klien hipertensi dan untuk lebih memajukan penelitian lebih lanjut tentang topik terkait

I.4.3 Bagi penulis

Dapat memberikan pengalaman dan meningkatkan pengetahuan dalam penelitian sehingga dapat menjadi pedoman bagi peneliti selanjutnya

