

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu jenis penyakit kardiovaskuler yang masih menjadi masalah utama di dunia. Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit yang tidak menular tetapi ia menjadi pembunuh yang tersembunyi atau yang disebut dengan “*silent killer*”. Hal ini dikarenakan gejala yang ditimbulkan tidak begitu bermakna tetapi komplikasi dari hipertensi tersebut bisa menyebabkan kematian (Avelina & Natalia, 2020).

Hipertensi sering menimbulkan penyakit kardiovaskuler, ginjal dan stroke. *World Health Organization* (WHO), tahun 2023 menjelaskan saat ini terdapat 9,4 juta orang dari 1 milyar orang di dunia yang meninggal akibat gangguan kardiovaskuler. Prevalensi hipertensi di negara maju maupun negara berkembang masih tergolong tinggi, adapun prevalensi hipertensi di negara maju adalah 35% dari populasi dewasa dan prevalensi hipertensi di negara berkembang sebesar 40% dari populasi dewasa (WHO, 2023).

Prevalensi hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Hasil Riskesdas (2018) ditemukan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11%, sedangkan prevalensi hipertensi yang terdiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar 8,36% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Angka kejadian hipertensi di Kalimantan Barat pada tahun 2018 sebesar 36,99%, sedangkan angka kejadian hipertensi di Kota Pontianak sebesar 33,3%. Prevalensi hipertensi tertinggi di Kota Pontianak berada di Puskesmas Tambelan Sampit sebanyak 75,5%. Berdasarkan jenis kelamin, penderita hipertensi pada wanita lebih banyak (97,2%) dibandingkan pada pria (53,6%) dengan jumlah 55.202 orang dari total jumlah penduduk (Riskesdas Kalbar, 2018).

Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat dua faktor yang menjadi resiko terjadinya hipertensi yaitu faktor yang tidak dapat diubah

seperti usia, jenis kelamin dan genetik, sedangkan faktor yang dapat diubah berupa kegemukan (obesitas), konsumsi garam yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, merokok dan konsumsi alkohol berlebih (Suciana et al., 2020).

Pada penderita hipertensi berat, gejala yang muncul dapat berupa sakit kepala, mual dan muntah, gelisah, mata berkunang, mudah lelah, sesak napas, penglihatan yang kabur, telinga berdengung, susah tidur, nyeri dada, rasa berat pada tengkuk dan denyut jantung yang semakin kuat atau tidak teratur (Tiara, 2020).

Pengobatan hipertensi terdiri dari beberapa upaya yang harus diikuti oleh penderita hipertensi dalam mengontrol hipertensinya. Upaya tersebut meliputi meminum obat secara teratur yang harus diikuti dengan perubahan untuk mengurangi kebiasaan merokok, lakukan olahraga secara teratur, kurangi berat badan jika *overweigh*, selain itu penderita hipertensi juga dapat melakukan diet hipertensi dengan cara mengurangi sodium, alkohol dan kafein, makan dengan diet sehat termasuk didalamnya perbanyak makan buah dan kurangi lemak, serta mengendalikan stress dengan baik (Avelina & Natalia, 2020).

Pasien yang sudah lama menderita hipertensi dan menjalani pengobatan akan mengalami perubahan psikologis yang salah satunya adalah kecemasan. Terutama kecemasan akan prognosis yang nantinya memburuk (Nabilla et al., 2021). Kecemasan yang dialami pasien hipertensi dimanifestasikan secara langsung melalui perubahan fisiologis seperti gemetar, berkeringat, detak jantung meningkat, nyeri abdomen dan sesak napas. Sedangkan perubahan perilaku dimanifestasikan dengan gelisah, bicara cepat dan reaksi terkejut (Lumenta et al., 2022).

Hasil riset yang dilakukan Suciana *et al.*, (2020) bahwa seseorang yang sudah lama menderita penyakit hipertensi akan menjadi cemas disebabkan karena penyakit hipertensi yang cenderung memerlukan pengobatan yang relatif lama, terdapat risiko komplikasi dan dapat memperpendek usia. Hipertensi jika tidak ditangani atau diobati dalam jangka panjang akan merusak pembuluh darah diseluruh tubuh, komplikasi yang bisa ditimbulkan karena

hipertensi adalah stroke, retinopati diabetik, kerusakan ginjal, gagal ginjal dan jantung koroner.

Kecemasan (ansietas) merupakan salah satu gangguan kesehatan mental paling umum yang menimbulkan rasa takut, khawatir, dan perasaan kewalahan yang konstan (Name et al., 2023). Kecemasan ditandai dengan adanya perasaan tegang, ketakutan, rasa khawatir dan perubahan fisiologis seperti perubahan tekanan darah, peningkatan denyut nadi serta perubahan frekuensi pernapasan (Pasongli & Malinti, 2021). Kecemasan juga dapat diartikan sebagai suatu respons adaptif yang normal atau upaya untuk melindungi kehidupan individu dengan mengingatkan akan ancaman seperti kerusakan tubuh, nyeri dan tidak berdayanya fisik maupun sosial. Tubuh mengirimkan sinyal ancaman dengan cara meningkatkan aktivitas pada saraf simpatis dan parasimpatis yang berfungsi untuk meningkatkan aktivitas somatis dan otonom. Akan tetapi, jika gejalanya berada diluar rentang normal, respon tersebut dapat diartikan sebagai suatu ansietas (Hidup, 2023).

Gejala kecemasan meliputi respon fisik dan psikologis. Adanya rasa khawatir dan diikuti rasa gelisah, berakibat pada respon fisiologis tertentu. Beberapa individu mampu mengatasinya namun ada beberapa yang kesulitan menanganinya. Berbagai gejala yang muncul saat seseorang mengalami kecemasan meliputi gejala fisik ditunjukkan dengan tangan mengeluarkan keringat, irama detak jantung lebih cepat, dan kaki gemeteran, sedangkan gejala secara psikologis biasanya muncul dengan tidak dapat berkonsentrasi dan perasaan yang tidak tenang (Nugraha, 2020).

Dampak dari kecemasan yaitu hilangnya konsentrasi akibat kekhawatiran dan rasa takut yang terjadi terus menerus sehingga menyebabkan terjadinya penurunan dalam melakukan aktivitas sehari-hari (Sonza et al., 2020). Kecemasan pada penderita hipertensi akan memberikan dampak negatif dikarenakan oleh lapang persepsi individu menyempit, kebutuhan energi individu meningkat dalam mencari penyelesaian suatu masalah dan terjadinya disorganisasi sehingga dapat menimbulkan kerusakan fungsi dan berubahnya

mekanisme coping pada individu dari adaptif menjadi maladaptif (Suryani et al., 2021).

Kecemasan timbul akibat adanya stimulus yang berlebih sehingga individu melampaui kemampuannya untuk mengatasi stimulus tersebut dan timbullah rasa cemas. Setiap anggota keluarga memiliki kecemasan yang berbeda-beda. Keluarga umumnya dapat mengalami perubahan perilaku dan emosional yang berdampak pada pikiran dan motivasi keluarga untuk mengembangkan perannya (Pasongli & Malinti, 2021). Kecemasan pada penderita hipertensi yang tidak teratasi dapat menimbulkan beberapa dampak buruk, seperti mempunyai penilaian makna hidup yang negatif, penurunan kualitas hidup dan perubahan emosional (Studi et al., 2023). Oleh karena itu, penderita hipertensi yang mengalami kecemasan memerlukan penanganan yang tepat serta baik dalam usaha untuk menurunkan kecemasan agar tidak memperburuk kondisi hipertensinya (Setyawan & Hasnah, 2020).

Penanganan kecemasan dapat diatasi menggunakan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi untuk menurunkan kecemasan yaitu dengan mengonsumsi obat anti cemas (*anxiolytic*). Namun, mengonsumsi obat tersebut secara terus-menerus dapat menimbulkan efek ketergantungan. Sedangkan terapi nonfarmakologi untuk menurunkan kecemasan yaitu dengan melakukan terapi hipnosis lima jari, relaksasi napas dalam, distraksi dan spiritualitas/ terapi zikir (Studi et al., 2023).

Terapi hipnosis lima jari merupakan terapi relaksasi yang banyak digunakan untuk menurunkan tingkat kecemasan individu karena dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi sehingga angka kecemasan responden bisa menurun. Terapi hipnosis lima jari adalah salah satu metode *self hipnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga mampu mengurangi ketegangan dan stres dari pikiran seseorang sehingga terbentuklah keseimbangan antara pikiran, tubuh dan jiwa (Lidiana et al., 2022).

Hasil riset yang dilakukan Mawarti & Yuliana, (2021) bahwa terapi hipnosis lima jari efektif untuk menurunkan ansietas pada penderita hipertensi. Terapi hipnosis lima jari dapat menurunkan kecemasan (ansietas) karena merupakan

salah satu bentuk *self hipnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan dan stres dari pikiran seseorang dengan cara menyentuh pada jari-jari tangan sambil membayangkan hal-hal yang disukai. Terapi hipnotis lima jari juga mempengaruhi sistem limbik seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormon-hormon yang dapat memicu timbulnya stres.

Dinas Kesehatan Kota Pontianak memaparkan bahwa estimasi penderita hipertensi pada tahun 2022 berjumlah 55.202 orang. Kecamatan Pontianak Timur merupakan salah satu wilayah dengan penderita hipertensi terbanyak pada tahun 2022 dengan jumlah mencapai 8.712 orang. Kecamatan Pontianak Timur ini memiliki 6 puskesmas, dari ke-enam puskesmas tersebut penderita hipertensi dengan angka tertinggi terdapat di wilayah kerja Puskesmas Tambelan Sampit Pontianak Timur dengan jumlah sebanyak 1.470 orang.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 Juni 2023 di Puskesmas Tambelan Sampit dari hasil wawancara kepada 2 orang tenaga kesehatan di Puskesmas Tambelan Sampit yang memberikan pelayanan kesehatan atau keperawatan kepada klien khususnya, pada penderita hipertensi yang berkunjung ke puskesmas mereka akan mendapatkan terapi farmakologi untuk mengontrol bila terjadinya peningkatan tekanan darah di dalam pembuluh darah dan penyuluhan kesehatan tentang pola makan, olahraga dan patuh terhadap minum obat. Akan tetapi, pada aspek lain seperti masalah psikososial yaitu ansietas yang dialami penderita hipertensi di puskesmas tersebut belum mengajarkan terapi hipnosis lima jari. Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 Juni 2023 wawancara kepada 4 orang penderita hipertensi dari hasil wawancara dan pengkajian menggunakan instrumen HARS, terdapat 1 orang penderita hipertensi yang sedang mengalami ansietas tingkat berat, orang tersebut belum mengetahui tentang apa itu ansietas dan bagaimana cara mengontrol ansietas dengan terapi nonfarmakologi.

Berdasarkan pemaparan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Klien Yang Mengalami

Hipertensi Dengan Masalah Utama Ansietas Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambelan Sampit”.

## **B. Batasan Masalah**

Pada studi kasus ini hanya dibatasi pada asuhan keperawatan pada Ny. F yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas di wilayah kerja Puskesmas Tambelan Sampit.

## **C. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah gambaran asuhan keperawatan pada Ny. F yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas di wilayah kerja Puskesmas Tambelan Sampit.

## **D. Tujuan Penulisan**

Tujuan dari penulisan karya tulis ilmiah ini terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus sebagai berikut :

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dari penulisan karya tulis ilmiah ini adalah untuk menjelaskan asuhan keperawatan pada Ny. F yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas di wilayah Puskesmas Tambelan Sampit.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menjelaskan konsep dasar hipertensi
- b. Menjelaskan tentang konsep dasar asuhan keperawatan pasien dengan ansietas
- c. Memberikan gambaran asuhan keperawatan pada Ny.F yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas
- d. Membandingkan antara pelaksanaan asuhan keperawatan pada Ny. F dengan teori yang telah didapatkan tentang ansietas
- e. Menganalisis hasil intervensi terapi hipnosis lima jari pada Ny. F yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas.

## **E. Manfaat Penulisan**

Manfaat yang bisa didapatkan dalam penelitian ini adalah :

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penulisan karya ilmiah ini dapat memberikan informasi dan pemecahan masalah keperawatan jiwa tentang asuhan keperawatan pada klien yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Keluarga**

Memberikan pengetahuan serta masukan pada keluarga tentang cara mengenal dan merawat klien yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas.

#### **b. Pelayanan keperawatan**

Sebagai bahan masukan dan informasi bagi perawat yang ada di puskesmas dalam upaya meningkatkan asuhan keperawatan pada klien yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas atau penyakit kronis lainnya.

#### **c. Pendidikan keperawatan**

Sebagai bahan masukan dan referensi bagi pendidikan keperawatan dalam pengembangan ilmu pengetahuan terapi nonfarmakologi pada klien yang mengalami hipertensi dengan masalah utama ansietas atau penyakit kronis lainnya.