

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang masih menjadi permasalahan kesehatan di dunia maupun di Indonesia (Kemenkes RI, 2019). Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Kurang dari setengah orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosis dan diobati. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengontrolnya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2021).

Penyakit hipertensi menjadi penyakit 10 terbesar di Indonesia yang dapat menyebabkan kematian (Kemenkes RI, 2019). WHO tahun 2019, terdapat 1,13 miliar orang di dunia menyandang hipertensi atau setara dengan 1 diantara 4 laki-laki dan 1 diantara 5 perempuan terdiagnosis hipertensi (Elsinthia et al., 2022). Prevalensi hipertensi berdasarkan rentang umur tertinggi berada pada usia ≥ 75 tahun (69,5%), diikuti usia 65-74 tahun (63,2%), usia 55-64 tahun (55,2%) dan usia 45-54 tahun (45,3%) (Kemenkes RI, 2019). Di Indonesia angka kejadian hipertensi mencapai 31,7% dari total penduduk Indonesia (Kemenkes, 2018). Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa Provinsi

Kalimantan Selatan memiliki prevalensi tertinggi sebesar 44,13% diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6%, Kalimantan Timur sebesar 39,3% sedangkan Kalimantan barat 36,99%. Provinsi Papua memiliki prevensi hipertensi terendah sebesar 22,2% diikuti oleh Maluku Utara sebesar 24,65% dan Sumatera Barat sebesar 25,16% (Kemenkes, 2019). Di Kalimantan Barat, pada tahun 2013 prevalensi penyakit hipertensi mencapai 28,3% dan pada tahun 2018 prevalensi hipertensi mencapai 36,99% (Riskesdas, 2018).

Menurut data capaian aplikasi sehat indonesiaku (ASIK) seluruh Puskesmas di Kabupaten Kayong Utara dibulan Mei-Desember 2022 penderita hipertensi, Puskesmas Pelapis sendiri menempati urutan tujuh sebesar 10,6% atau 150 orang, sedangkan yang berada di urutan pertama 33,7% yakni Puskesmas Sungai paduan, kedua 19,3% Puskesmas Satai dan di urutan ketiga 19,1% di Puskesmas Teluk Batang. Pemilihan lokasi penelitian di puskesmas Pelapis sendiri berdasarkan pertimbangan bahwa pada laporan sistem informasi manajemen puskesmas (SIMPUS) Puskesmas Pelapis didapatkan data di tahun 2022 dari bulan Januari-September hipertensi masuk ke dalam sepuluh penyakit terbesar menempati urutan kedua setelah infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dengan total kunjungan rawat jalan penderita hipertensi 250 orang. Data posyandu penyakit tidak menular (PTM) maupun lansia tahun 2021 total penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan di Desa Pelapis yakni 122 terbagi dari laki-laki 37 orang dan perempuan 85 orang, di Desa Padang total 78 orang terdiri dari 14 laki-laki dan 64 perempuan sedangkan di Desa Betok total 63 orang terdiri dari 14 laki-laki dan 49 perempuan. Puskesmas pelapis masuk menjadi salah satu Puskesmas sangat terpencil bersama dengan

Puskesmas Matan (Bupati Kayong Utara, 2019). Puskesmas Pelapis yang letaknya jauh dari Kabupaten untuk pola konsumsi warganya seperti sayur-sayuran tidak bisa didapatkan tiap harinya dan mayoritas penduduknya bekerja sebagai nelayan hal ini sesuai dengan data dari WHO bahwa di seluruh dunia penderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021).

Pasien dengan hipertensi selain mengalami gangguan secara fisiologis, pengobatan yang lama dan ancaman komplikasi dapat terjadi akan mengakibatkan pasien hipertensi terganggu secara psikologis, salah satunya adalah kecemasan (Slametiningsih & Rachmawati, 2018). Penanganan hipertensi sendiri dapat dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi (Mahmood et al., 2019). Penanganan secara farmakologi menjadi pengobatan utama dalam penyakit hipertensi. Namun, pengobatan secara farmakologi memiliki efek samping yang dirasakan oleh pasien. Terapi farmakologi menggunakan obat-obatan hipertensi berupa *diuretic*, *angiotensin converting enzyme inhibitor (ACE)*, *angiotensin II receptor blocker*, *antagonis kalsium*, *vasodilator*. Pengobatan farmakologis banyak menyembuhkan hipertensi namun pengobatan ini dapat menimbulkan efek samping seperti mulut kering, haus, kelemahan, pusing, elergi, nyeri otot, takikardi, sakit kepala, pusing, lemas dan mual (Gebreyohannes *et al.*, 2019; Olowofela & Isah, 2017). Data presentase kejadian efek samping penggunaan obat hipertensi akibat penggunaan Captopril sebesar 36%, dan presentase kejadian efek samping akibat penggunaan Amlodipin sebesar 45% (Kristanti, 2015).

Kecemasan karena berbagai keadaan seperti khawatir, gelisah, takut, tidak tenang disertai dengan berbagai keluhan fisik dan gangguan kesehatan yang berlebihan akan mempengaruhi terhadap kualitas hidup penderita hipertensi, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan Avelina & Natalia (2021) bahwa sebagian besar kualitas hidup penderita responden pada hipertensi dalam kategori buruk yaitu 24 responden (60%). Hubungan antara hipertensi dan kecemasan sendiri sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Widiastuti *et al* (2022) menjelaskan bahwa dari total 90 orang penderita hipertensi, sebanyak 39 (43,3%) orang menderita kecemasan ringan dan 51 (56,7%) responden yang mengalami kecemasan sedang. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa dari 78 responden yang mengalami hipertensi mengalami kecemasan ringan sebanyak 23 (29,5%) orang, kecemasan berat sebanyak 21 (26,9%) orang, kecemasan sedang sebanyak 20 (25,6%) orang, kecemasan berat sekali sebanyak 4 (5,1%) orang dan tidak mengalami cemas sebanyak 10 (12,8%) orang (Kati *et al.*, 2018). Adapun penyebab munculnya kecemasan pada penderita hipertensi sangat berkaitan dengan emosi (Wiener *et al.*, 2020).

Manajemen kecemasan dapat dilakukan dengan farmakologi dan non farmakologi. Manajemen farmakologi menggunakan obat anti kecemasan *benzodiazepin*, dipergunakan untuk jangka pendek, tidak dipergunakan untuk jangka panjang karena pengobatan ini bersifat toleransi dan ketergantungan (Stuart, 2021). Manajemen non farmakologi diantaranya pelatihan relaksasi, psikoterapi, imajinasi atau distraksi. Salah satu metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan hipertensi pada pasien berupa hipnosis lima jari (Syukri, 2019).

Hipnosis lima jari adalah proses yang menggunakan pikiran dalam keadaan rileks dan tenang dengan memusatkan pikiran pada kenangan yang indah sambil menyentuh lima jari secara berurutan. Penggunaan hipnosis lima jari merupakan suatu komunikasi verbal yang dilakukan \pm 10 menit bertujuan untuk pemrograman diri, sehingga dapat menurunkan kecemasan dengan melibatkan saraf parasimpatis akan menurunkan peningkatan kerja jantung, menstabilkan sistem pernafasan, dan menurunkan peningkatan kelenjar keringat (Purwaningsih *et al.*, 2022).

Teknik hipnosis lima jari bermanfaat dalam mengurangi tingkat kecemasan karena dengan bantuan imajinasi maka pasien akan membentuk bayangan yang akan diterima sebagai rangsangan oleh berbagai indra, sehingga dapat membuat pasien tidak fokus merasakan kecemasan. Ketegangan otot dan ketidaknyamanan akan dikeluarkan dan menyebabkan tubuh menjadi rileks dan nyaman (Hinkle & Cheever, 2018). Penelitian yang dilakukan Slametningsih & Rachmawati (2018) yang dilakukan kepada 28 responden dengan kecemasan di Puskesmas Keluarga Pademangan Barat I Jakarta Utara didapatkan sebelum dilakukan *self hypnosis* tingkat kecemasan 85,7% dengan kecemasan ringan dan 14,3% dengan kecemasan sedang, setelah diberikan *self hypnosis* terdapat penurunan tingkat kecemasan sekitar 42,9% dengan kecemasan ringan dan 7,1% dengan kecemasan sedang. Diperkuat oleh Marbun *et al* (2019) yang menjelaskan bahwa terdapat penurunan yang signifikan pada skor kecemasan sebelum dan sesudah diberikan intervensi berupa hipnosis lima jari.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada penderita hipertensi menunjukkan bahwa mereka menunjukkan gejala-gejala kecemasan berupa

pasien tampak gelisah, tegang, tidak tenang, berkeringat dingin serta nafas cepat. Hasil wawancara dengan tiga orang penderita hipertensi menjelaskan bahwa mereka merasa cemas akan kondisinya ketika detak jantung berdenyut kencang, ketika muncul pusing, badan lemah dan adanya muncul respon mual. Gejala muncul setelah penderita mengetahui tekanan darahnya tinggi dan ada pula yang merasa efek mengkonsumsi obat-obatan hipertensi yang didapatkan pada saat pengobatan yang memang merupakan efek samping dari obat-obat tersebut. Penderita hipertensi di Puskesmas pelapis juga sebelumnya belum pernah diberikan informasi hipnosis lima jari untuk mengurangi cemas.

Berdasarkan penjelasan di atas, hipnosis lima jari dapat efektif untuk mengatasi masalah psikologis yang diharapkan juga dapat menjadi terapi alternatif untuk menurunkan tekanan darah. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang maka penulis membuat rumusan masalah yaitu “Bagaimana Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status menikah, riwayat keluarga hipertensi pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis.
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi hipnosis lima jari pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis.
- c. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi hipnosis lima jari pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis.
- d. Menganalisis perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan terapi hipnosis lima jari pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis.
- e. Menganalisis perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi hipnosis lima jari pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Pelapis.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Responden

Dapat menjadi salah satu alternatif atau tambahan pengobatan yang bisa digunakan pasien untuk mengatasi kecemasan dalam kondisi menderita hipertensi

1. Manfaat bagi Puskesmas

Hasil penelitian diharapkan menjadi data masukan dan sumber data untuk tindak lanjut dalam penanganan masalah psikologis yang muncul pada penderita hipertensi ditambah dengan adanya SOP hipnosis lima jari yang bisa digunakan oleh pihak Puskesmas dalam mengatasi kecemasan pasien dengan hipertensi.

2. Manfaat bagi institusi pendidikan keperawatan

Hasil penelitian dapat menambah kepustakaan sebagai salah satu sarana untuk memperkaya pembaca dan memberikan data dasar yang dapat digunakan penelitian selanjutnya terkait dengan terapi alternatif yang digunakan untuk mengatasi kecemasan. Penelitian ini juga dapat dipublikasikan ke artikel jurnal yang dapat meningkatkan indeks penilaian kampus.

3. Manfaat bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian dapat menjadikan sumber informasi dan sebagai bahan penyusunan kajian pustaka, terutama karena ingin melakukan penelitian lanjutan atau penelitian yang sejenis.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Penulis dan Tahun	Judul	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbandingan dengan penelitian ini
(Syukri, 2019)	Efektivitas Hipnosis Lima Terapi Jari Terhadap Ansietas Kliien Rawasari Kota Jambi Tahun 2017	Untuk mendapatkan gambaran tentang pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap kecemasan klien hipertensi di puskesmas rawasari kota jambi	Penelitian ini adalah penelitian dengan metode kuantitatif menggunakan desain "Quasi experimental pre-post test without control" dengan intervensi terapi hipnosis lima jari yang terdiri dari tiga fase; orientasi, kerja dan terminasi. Teknik pengambilan sampel secara total sampling. Penelitian dilakukan untuk menganalisa perubahan tingkat kecemasan penderita hipertensi. Sampel berjumlah 33 orang. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecemasan pasien adalah <i>Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)</i> . Analisis statistik	Menjelaskan bahwa dari 33 responden dalam penelitian ini, usia produktif pada responden adalah 41 tahun dengan umur termuda 33 tahun dan tertua 52 tahun yang paling banyak berjenis kelamin perempuan 25 (75,8%) yang berpendidikan SMP 20 (60,6%), bekerja 20 (60,6%), kawin 24 (72,7%). Berdasarkan hasil uji statistik tidak ada hubungan umur dengan kecemasan	Pada sebelumnya karakteristik responden dominan bekerja sebagai petani sedangkan pada penelitian ini, responden dominan sebagai nelayan. Dari segi terapi, penelitian sebelumnya, terapi hipnosis lima jari dilakukan selama dua kali seminggu. Pada penelitian yang akan saya lakukan, terapi hipnosis akan dilakukan selama tiga kali selama tiga hari.

<p>yang dipergunakan yaitu univariat dan bivariat dengan analisis dependen dan independent sample t-test serta uji anova dan korelasi regresi.</p>	<p>dan ada hubungan antara jenis kelamin dengan kecemasan ($p < 0,05$). Ada hubungan antara pekerjaan dengan kecemasan responden ($p < 0,05$).</p>	<p>Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik <i>sampling</i> dalam pemilihan sampel serta penggunaan kuesioner <i>HARS</i>. Penelitian sebelumnya hanya satu kali hipnosis lima jari langsung dilakukan <i>posttest</i>. Untuk penelitian saya dilakukan selama tiga hari baru setelah itu dilakukan <i>posttest</i></p>
<p>(Saswati et al., 2019)</p> <p>Efektivitas hipnosis terhadap ansietas klien hipertensi di puskesmas rawasari Jambi tahun 2018</p> <p>Untuk mengetahui efektivitas terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan tingkat ansietas klien hipertensi di puskesmas rawasari kota jambi tahun 2018.</p>	<p>Penelitian ini adalah penelitian pra eksperimen dengan rancangan <i>Pretest Posttest One Group Design</i>. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Rawasari Provinsi Jambi pada tanggal 16-25 Agustus 2018. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh klien hipertensi yang ada di Puskesmas Rawasari Kota Jambi sebanyak 3170 responden. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 19 orang dengan menggunakan teknik <i>accidental sampling</i>. Puskesmas</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji pada kelompok <i>pretest-posttest</i> menunjukkan nilai sig. 0,000 dengan derajat kemaknaan 0,05. Hasil sig. 0,000 < 0,05 yang artinya ada efektivitas terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas klien hipertensi di Puskesmas</p>

	Pengumpulan data dengan Rawasari Kota menggunakan lembar Jambi Tahun 2018 kuesioner dan pengukuran Jambi. tekanan darah. Analisis data secara bivariat dengan menggunakan uji wilcoxon		
(Marbun, Pardede, & Perkasa, 2019)	Efektivitas Hipnotis Terhadap Ibu Pre Partum Di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Serdang Bedagai	Terapi Jari Kecemasan Di Partum Husada Beringin Serdang Bedagai	Untuk mengetahui efektivitas terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan ibu pre partum di klinik chelsea husada tanjung beringin kabupaten serdang bedagai
	Penelitian ini menggunakan metode <i>Quasi experiment One Group pre and Post test design</i> . Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien pre partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai sebanyak 180 orang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $\alpha=0,001$ yang menjelaskan Terapi Hipnotis Lima Jari efektif dalam menurunkan Kecemasan Ibu Pre Partum Di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin	Pada penelitian saya, responden berupa pasien umum dan di uji diatas 25 tahun. Sedangkan pada penelitian sebelumnya berupa pasien pre partum. Selain itu, Penelitian sebelumnya hanya satu kali hipnosis lima jari langsung dilakukan <i>posttest</i> . Untuk penelitian saya dilakukan selama tiga hari baru setelah itu dilakukan <i>posttest</i>