

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut (Keliat, 2014) menyatakan kesehatan jiwa merupakan keadaan dimana seseorang tidak hanya sehat fisik, tetapi sehat dan sejahtera secara keseluruhan meliputi biologis, psikologis, sosial, spiritual, dan dapat produktif untuk hidup berdampingan dengan yang lain, juga memiliki kestabilan pada emosional. Dalam Undang-undang Nomor 18 Tahun (2014) tentang kesehatan jiwa menyebutkan ada dua istilah pada kesehatan jiwa. Pertama, Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) yaitu orang yang kemampuan berpikirnya terganggu, dan memunculkan tanda gejala yang membuat perubahan pada perilaku sehingga ada hambatan dalam menjalankan fungsi dirinya sebagai manusia utuh. Kedua, Orang dengan Masalah Kejiwaan (ODMK) yaitu orang yang mempunyai keadaan mental, sosial, fisik nya terganggu sehingga rentan mengalami gangguan jiwa.

Hasil Rikesdas (2013) prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk Indonesia 6,0 %. Menurut (Wuryaningsih *et al.*, 2020) hampir semua masalah kesehatan fisik merupakan faktor risiko masalah kesehatan mental. Misalnya, penyakit kronis (diabetes, penyakit jantung koroner, TBC, gagal ginjal kronis, tingginya kadar asam urat dalam darah, tingginya kadar kolesterol dalam darah, tekanan darah tinggi, stroke, dan yang lainnya. Salah satu masalah kesehatan yang dapat menyebabkan *ansietas* atau gangguan psikologis adalah

penyakit hipertensi dan aspek - aspek psikologis yang menyertainya. (Kemenkes RI, 2013). *Hipertensi* merupakan penyakit yang ada pada negara maju maupun berkembang, yaitu masalah ketika oksigen yang dibawa darah ke jaringan tubuh dalam pembuluh darah terhambat (Saswati, Sutinah, & Rizki, 2019). Menurut (Pudiastuti, 2013) menyebutkan bahwa hipertensi sering juga disebut *silent killer* karena penyakit ini mematikan dan dapat mengakibatkan komplikasi penyakit serius seperti serangan jantung, stroke dan gagal ginjal maupun gagal jantung.

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 ada sekitar 1,13 miliar orang di dunia menyandang hipertensi dan ini terus meningkat setiap tahunnya, mereka juga memperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi setiap tahunnya. Menurut data (Kusumawardani, Tarigan, Suparmi, & Schlotheuber, 2018) di Indonesia, *prevalensi* penderita *hipertensi* mengalami peningkatan dari 25,8% menjadi 34,1%. Prevalensi penderita hipertensi di Provinsi Jawa Barat juga tergolong tinggi dan mengalami peningkatan dari 29,4% menjadi 34,5%. Jika dihitung berdasarkan jumlah penduduk, *prevalensi hipertensi* di Provinsi Jawa Barat masih tinggi.

Prevalensi hipertensi sangatlah bervariasi di setiap daerah. Berdasarkan data yang diambil mengenai rekapitulasi laporan 10 penyakit terbanyak di UPTD Puskesmas Cikoneng tahun 2021, hipertensi berada di peringkat ke tiga dengan jumlah 656 orang (rekapitulasi laporan 10 penyakit terbanyak di UPTD Puskesmas Cikoneng tahun 2021)

Pengobatan yang lama, tingginya kematian akibat *hipertensi* dan berbagai macam kemungkinan komplikasi akibat *hipertensi* dapat membuat penyandang *hipertensi* tidak hanya memiliki penyakit fisiologis tetapi psikologisnya juga seperti *ansietas*. Penyandang hipertensi akan memiliki *ansietas* atau kecemasan berlebih karena akan berpikir penyakit tersebut sebagai ancaman kematian (Slametiningsih & Rachmawati, 2018). Penelitian yang pernah dilakukan oleh (Cheung, et al 2005) dikutip dari (Winengsi, dkk 2019) bahwa lama hipertensi ada hubungannya dengan tingkat kecemasan seseorang, responden yang mengetahui tanda gejala hipertensi memiliki perasaan khawatir dan takut, sehingga menimbulkan kecemasan. Penelitian laksita (2016) menyebutkan bahwa ada hubungan signifikan antara lama penderita hipertensi dengan ansietas, artinya semakin lama seseorang menderita hipertensi tingkat kecemasannya pun akan semakin tinggi.

Penderita *hipertensi* yang mengalami ansietas akan menunjukkan gejala mental pada tubuh seperti gagap, panik, ketakutan. Gejala mental pada *ansietas* yang lainnya bervariasi seperti kepala pusing atau pening, sulit bernapas, kekurangan cairan, buang air encer berlebih, jantung berdebar-debar, mual muntah, gelisah, tidak bisa diam, gemetar, pingsan atau kehilangan kesadaran. ansietas juga dapat mengganggu proses berpikir, dan proses belajar. Orang dengan ansietas juga akan menjadi kebingungan, disorientasi waktu, tempat atau bahkan kejadian (Syukri, 2019).

Intervensi pada pasien ansietas dapat dibagi menjadi dua terapi, yaitu *farmakologis* dan terapi *nonfarmakologis*. Terapi *farmakologis* dapat berupa

pemberian obat untuk membantu menenangkan, tetapi itu memiliki efek ketergantungan. Sedangkan non farmakologis seperti psikoterapi, terapi tertawa, terapi kognitif, dan relaksasi merupakan terapi yang memberikan perasaan akan lebih aman (Chan, 2020)

Menurut (Prahastowo *et al.*, 2016) terdapat dua psikoterapi relaksasi pada pasien ansietas. Pertama adalah *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) atau mengencangkan dan melemaskan otot-otot tubuh. Kedua adalah *hipnosis* lima jari yang merupakan terapi generalis keperawatan dimana pasien melakukan hipnotis diri sendiri dengan cara klien memikirkan pengalaman yang menyenangkan dengan media lima jari. Untuk menurunkan ansietas sendiri, diperlukan terapi keperawatan yang tepat salah satunya adalah hipnosis lima jari yang merupakan terapi generalis dalam keperawatan (Endang *et al.*, 2014). (Setiawan, 2014) juga menulis bahwa manfaat terapi hipnosis lima jari dapat memberikan ketenangan, mengurangi kecemasan, mengurangi tekanan darah, dan tidur menjadi nyenyak.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hastuti & Arumsari, 2016) ada pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas. Hasil penelitian (Endang *et al.*, 2014) didapatkan penurunan tingkat ansietas setelah dilakukan *hipnosis* lima jari . Hasil penelitian yang pernah dilakukan (Syukri, 2019) rata-rata ansietas pada penderita hipertensi setelah dilakukan *hipnosis* lima jari dapat menurun. Dari yang mengalami ansietas berat 60,6% (dialami oleh 20 responden) menurun menjadi 12,1% (dialami oleh 4 responden).

Sehingga berdasarkan dampak yang ditimbulkan akibat ansietas dan adanya beberapa penelitian yang dapat mengurangi ansietas. Penulis tertarik untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah mengenai *Penerapan Hipnosis Lima jari terhadap Ansietas pada pasien Hipertensi*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dampak dari hipertensi adalah munculnya penyakit psikologis berupa *ansietas* dan bila tidak ditangani ansietas tentu akan memperburuk kesehatan fisik maupun psikologis seseorang. Menurut beberapa penelitian, ansietas bisa efektif dengan terapi hipnosis lima jari maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian adalah “Bagaimana Penerapan Hipnosis Lima Jari terhadap pasien Ansietas pada pasien *Hipertensi*?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran penerapan hipnosis lima jari terhadap *ansietas*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik pasien ansietas akibat hipertensi.
- b. Menggambarkan tahapan pelaksanaan penerapan *hipnosis* lima jari.
- c. Menggambarkan penurunan tingkat kecemasan yang muncul setelah dilakukannya tindakan hipnosis lima jari.

D. Manfaat KTI

1. Bagi Peneliti

Penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) dapat menambah wawasan dan pengalaman nyata dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien ansietas akibat hipertensi di Wilayah Puskesmas Purbaratu kabupaten Tasikmalaya.

2. Bagi Institusi

- a. Diharapkan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan tambahan informasi kepada institusi pendidikan khususnya bagi mahasiswa sebagai acuan penelitian lebih lanjut dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien ansietas akibat *hipertensi*.
- b. Sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya terutama Diploma III keperawatan khususnya yang berkaitan dengan keefektifan *hipnosis* lima jari terhadap *ansietas* pada pasien *hipertensi*.

3. Bagi Profesi Kesehatan

Tambahan ilmu untuk profesi keperawatan dan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang asuhan keperawatan jiwa.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Acuan untuk memberikan perawatan supaya pasien dapat mengurangi *ansietas* terhadap suatu penyakit.

5. Bagi Puskesmas

Bahan masukan dan informasi bagi perawat di puskesmas dalam upaya meningkatkan pelayanan dan mutu keperawatan jiwa di puskesmas tersebut.