

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut (Arisandy 2022) mengatakan Kesehatan jiwa adalah keadaan mental yang memungkinkan seseorang untuk hidup secara harmonis dan produktif, merupakan bagian integral dari kualitas hidup individu. Ini mencakup kesadaran penuh akan kemampuan diri, kemampuan untuk mengelola stres dengan baik, bekerja secara efektif, memenuhi kebutuhan hidup, berpartisipasi dalam lingkungan sosial, menerima diri sendiri dengan baik, dan merasa nyaman dalam interaksi dengan orang lain. Dalam undang-undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang kesehatan jiwa, terdapat dua konsep yang dijelaskan terkait dengan kesehatan jiwa. Yang pertama adalah Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ), merujuk kepada individu yang mengalami gangguan dalam kemampuan berpikirnya dan menunjukkan gejala yang mengubah perilaku mereka, sehingga menghambat fungsi manusiawi mereka secara keseluruhan. Yang kedua adalah Orang dengan Masalah Kejiwaan (ODMK), mengacu kepada individu yang mengalami gangguan pada aspek mental, sosial, dan fisik mereka sehingga meningkatkan risiko terkena gangguan jiwa .

The Global Burden Diseases, Injuries, and Risk Factors menyatakan bahwa pada tahun 2019 terdapat 280 juta jiwa mengalami masalah kesehatan jiwa, dan terdapat lebih dari 700.000 orang meninggal disebabkan oleh masalah kesehatan jiwa. Berdasarkan data dari Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI) pada tahun 2022, telah melakukan penelitian dengan peningkatan kasus masalah psikologis dari setiap tahunnya, pada tahun 2020 kasus

masalah kesehatan psikologis 70,7% , pada tahun 2021 terdapat 80,4% dan pada tahun 2022 terdapat 82,5%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kasus masalah psikologis di negara Indonesia. Selain itu, pada tahun 2018, di negara Indonesia terdapat 19 juta penduduk dengan usia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional (Wijaya 2023). Pada tahun 2020, prevalensi gangguan kesehatan jiwa / masalah psikososial lebih tepatnya kecemasan di Jawa Barat mengalami peningkatan, dari 10,5 % menjadi 26,8%. Menurut (Riskesdas 2018) Tasikmalaya adalah wilayah yang menduduki peringkat ke 3 yang di awali peringkat ke 1 Garut, peringkat ke 2 Bandung yang penduduknya mengalami gangguan mental psikososial (Riskesdas 2018).

Menurut (Wuryaningsih 2020) Sebagian besar kondisi kesehatan fisik berperan sebagai faktor risiko dalam timbulnya masalah kesehatan mental. Contohnya, penyakit-penyakit kronis seperti diabetes, penyakit jantung koroner, TBC, gagal ginjal kronis, peningkatan kadar asam urat dan kolesterol dalam darah, hipertensi, stroke, dan sebagainya. Menurut (Kemenkes 2020) Penyakit hipertensi dan faktor-faktor psikologis yang terkait dengannya merupakan salah satu dari banyak masalah kesehatan yang dapat memicu kecemasan atau gangguan mental (Kemenkes 2019).

Hipertensi merupakan suatu kondisi fisiologis yang sering dikenal dengan Silent Killer. Hal tersebut bisa dikenal dengan kondisi tekanan darah lebih tinggi dari nilai normal. Yang disebut dengan tekanan darah tinggi adalah meningkatnya nilai tekanan sistol lebih dari 140 mmHg dan nilai Tekanan Diastol lebih dari 90 mmHg (WHO 2019). Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa penyakit kardiovaskuler, termasuk hipertensi, menjadi

penyebab kematian bagi 17,9 juta orang di dunia setiap tahunnya, yang mencakup sekitar 31% dari semua kematian. Institute For Health Metrics And Evaluation (IHME) melaporkan bahwa dari 53,3 juta kematian tahunan di dunia, sekitar 10,44 juta disebabkan oleh hipertensi. Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 63,3 juta jiwa atau setara dengan 34,11% dari populasi. Berdasarkan karakteristik usia, prevalensi hipertensi adalah 55,3% pada kelompok usia 55–64 tahun, 62,3% pada kelompok usia 65–74 tahun, dan 69,5% pada usia 75 tahun ke atas. Jumlah penderita hipertensi di Jawa Barat 2 menurut laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2023 adalah 3.212.072 jiwa, mengalami peningkatan sebesar 39,09% dari tahun sebelumnya. Kota Tasikmalaya, yang merupakan salah satu kota di Jawa Barat, mencatat peningkatan jumlah penderita hipertensi yang signifikan. Pada tahun 2022, jumlah penderita hipertensi di Kota Tasikmalaya adalah 40.227 jiwa, dan angka ini meningkat tajam menjadi 55.999 jiwa pada tahun 2023. Berdasarkan data yang diambil mengenai laporan 10 penyakit terbanyak di Puskesmas Sambongpari tahun 2023, jumlah penduduk daerah Sambongpari yang mengidap hipertensi sebanyak 1,215 orang. Puskesmas Sambongpari menduduki peringkat ke 3 terbanyak yang masyarakatnya mengidap Hipertensi, dengan urutan pertama adalah puskesmas Mangkubumi disambung dengan urutan ke 2 adalah puskesmas Purbaratu (kemenkes 2019).

Menurut (Kemenkes 2019) Hipertensi, sebuah kondisi medis di mana tekanan darah meningkat secara signifikan, terus menjadi isu utama dalam kesehatan global, termasuk di Indonesia. Ini merupakan salah satu aspek dari masalah kardiovaskular yang belum terselesaikan sepenuhnya, baik dalam skala lokal maupun global.

Selain menghadapi masalah fisiologis, pasien yang menderita hipertensi juga mungkin mengalami dampak psikologis akibat perawatan yang berkepanjangan dan ancaman komplikasi yang mungkin timbul (Slametningsing 2018). Dalam penelitian (Mahfudin 2021) seseorang dengan penyakit hipertensi selain dengan memiliki masalah fisiologis, maka akan timbul juga masalah psikologis seperti melakukan pengobatan rutin dengan lama, timbulnya ancaman penyakit lain yang dapat menyebabkan seseorang tersebut mengalami kecemasan. Penanganan hipertensi dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dan non-farmakologis (Mahmood 2019). Penanganan hipertensi melalui pendekatan farmakologis menjadi langkah pertama dalam pengobatan penyakit ini. Meskipun demikian, terapi farmakologis dapat menimbulkan efek samping yang dirasakan oleh pasien. Jenis pengobatan farmakologis untuk hipertensi meliputi diuretik, penghambat angiotensin, dan bloker reseptor angiotensin II. Meskipun pengobatan farmakologis ini efektif dalam mengatasi hipertensi, namun dapat menyebabkan berbagai efek samping seperti mulut kering, rasa haus, kelemahan, pusing, reaksi alergi, nyeri otot, peningkatan denyut jantung, sakit kepala, pusing, kelelahan, dan mual (Gembreyohannes 2019).

Dalam penelitian (Susilowati, and Muis 2019) menyatakan bahwa non farmakologis cukup efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan sedang seperti intervensi inhalasi aroma terapi, psikoterapi, relaksasi benson, terapi tertawa, terapi kognitif dan hipnotis lima jari. Dalam penelitian yang dilakukan (Kevin and Wihardja 2023) peneliti membandingkan efektivitas relaksasi benson dan hipnosis lima jari, dalam penelitiannya mengatakan bahwa kedua intervensi tersebut dapat

mengurangi kecemasan pada pasien gagal ginjal kronik yang menjalani hemodialisis, namun pada penggunaan hipnosis lima jari tidak hanya menurunkan kecemasan tetapi dapat meningkatkan kualitas tidur, dan menurunkan kelelahan. Hipnosis lima jari merupakan metode yang mengandalkan kemampuan pikiran untuk menciptakan relaksasi. Dalam teknik ini, seseorang diminta untuk fokus pada jari-jarinya sambil membayangkan situasi yang menenangkan atau hal-hal yang membawa kebahagiaan. Melalui sentuhan dan visualisasi, dan mengarahkan ke dalam alam bawah sadar individu diarahkan untuk mengalihkan perhatiannya dari stres atau kecemasan yang dirasakannya (Dekawaty 2021). Penelitian yang telah dilakukan oleh Yuni dan Fatkhul (2022), mengenai penatalaksanaan kecemasan pada penderita hipertensi adalah dengan melakukan hipnosis 5 jari. Dalam penelitiannya dilakukan hipnosis 5 jari selama 1 hari dengan waktu pelaksanaan hipnosis 5 jari selama 15 menit (Pratama 2020).

Menurut (Sumarti 2022) aromaterapi adalah praktik pengobatan yang menggunakan minyak esensial dari tanaman harum untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Tujuan utamanya adalah meningkatkan kesehatan tubuh, pikiran, dan jiwa. Dalam praktik keperawatan, aromaterapi digunakan sebagai perawatan tambahan untuk meredakan masalah kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Minyak atsiri, juga dikenal sebagai minyak esensial, diperoleh dari tanaman harum melalui ekstraksi dan mengandung sifat antibakteri, antivirus, serta dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Minyak atsiri ini berasal dari berbagai sumber seperti bunga, buah-buahan, semak-semak, dan pohon, dan sering digunakan dalam praktik aromaterapi. Menurut (Sundara et al.

2022) Adapun beberapa jenis aroma terapi untuk menurunkan kecemasan yaitu minyak esensial yang berasal dari tanaman lavender, buah jeruk bergamot, lemon, peppermint, bunga kamomil, bunga kenanga, daun sereh, tanaman rosemary. Penelitian yang dilakukan oleh (Norkhalifah 2022) aroma terapi lavender juga bisa mengurangi tingkat kecemasan pada pasien penderita hipertensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Miqiawati 2022) hasil uji perbandingan efektivitas aromaterapi lavender dan rosemary menggunakan Mann-Whitney U menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam mengurangi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Bali Internasional. Dari nilai rata-rata, terlihat bahwa penggunaan inhalasi aromaterapi lavender menghasilkan penurunan tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada rosemary. Oleh karena itu, lavender dapat dijadikan pilihan aromaterapi yang efektif untuk mengatasi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir, terutama saat mereka sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Selain itu penelitian yang telah dilakukan oleh Rizky Asta pada tahun 2020, telah melakukan penelitian mengenai Aromaterapi Lavender sebagai penatalaksanaan kecemasan, dan didapatkan hasil bahwa dari penelitian tersebut dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi (Rini 2020).

Berdasarkan fenomena di atas terkait dengan peningkatan jumlah masalah kesehatan jiwa khususnya kasus kecemasan, dan intervensi Hipnosis 5 jari dan Aromaterapi Lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan pada Pasien Hipertensi”. Dengan harapan setelah selesai penelitian ini, didapatkan hasil penurunan tingkat

kecemasan pada pasien hipertensi.

1.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti uraikan di atas, dapat diambil rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Pengaruh Kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi?”

1.3 TUJUAN PENELITIAN

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari Kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Puskesmas Sambongpari

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dilakukannya penelitian ini adalah :

- 1) Mengetahui Karakteristik responden seperti Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan, lamanya mengidap hipertensi, taatnya minum obat hipertensi.
- 2) Mengetahui tingkat kecemasan menggunakan skala HARS hipertensi sebelum diberikan intervensi kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender.
- 3) Mengetahui tingkat kecemasan pasien hipertensi sesudah diberikan intervensi kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender.

- 4) Mengetahui perubahan tingkat kecemasan pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Bagi pasien

Setelah dilakukannya penelitian ini, diharapkan pasien dengan penyakit hipertensi mampu mengontrol kecemasan dengan menerapkan kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender.

1.4.2 Bagi Pelayanan Kesehatan

Intervensi Kombinasi Hipnosis 5 Jari dan Aromaterapi Lavender dapat dijadikan sebagai intervensi tambahan yang bisa dilakukan di pelayanan kesehatan untuk mengontrol kecemasan pasien yang akan melakukan pemeriksaan kesehatan.

1.4.3 Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan bahan perbandingan dalam melakukan asuhan keperawatan jiwa bagi mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya, Khususnya Jurusan Keperawatan.