

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg. Kondisi ini menjadi masalah kesehatan global karena prevalensinya yang tinggi dan berpotensi menimbulkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Secara global, hipertensi memengaruhi lebih dari 1,28 miliar orang dewasa, dengan sebagian besar kasus terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Namun demikian, masih banyak individu yang belum menyadari kondisi tersebut sehingga tidak mendapatkan penanganan yang optimal (*World Health Organization, 2022*).

Di Indonesia, hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama dengan prevalensi yang cukup tinggi dibandingkan penyakit tidak menular lainnya. Data menunjukkan bahwa sekitar 34,1% penduduk Indonesia mengalami hipertensi, dan hanya sebagian kecil yang terdiagnosis serta mendapatkan pengobatan secara teratur (*Kementerian Kesehatan RI, 2023*). Kondisi ini menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi masih belum optimal, baik dari aspek deteksi dini maupun kepatuhan pengobatan.

Data Dinkes, (2022) rata-rata jumlah penderita hipertensi di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2021 tercatat berjumlah 4.607.116 orang penderita hipertensi, ini menunjukkan peningkatan sebesar 10,39% dibandingkan tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2022) dalam (Irawan et al., 2023).

Data angka kejadian hipertensi di Tasikmalaya terbaru yaitu pada tahun 2024 paling tinggi berada di wilayah Mangkubumi dengan jumlah 5.147 kasus. Kedua ada di wilayah Tamnansari dengan jumlah 4.233 kasus dan yang terendah berada di wilayah Cipedes sebanyak 1.220 kasus (Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, 2024).

Penderita hipertensi membutuhkan pengelolaan jangka panjang yang melibatkan terapi farmakologis maupun nonfarmakologis. Dalam hal ini, keluarga memiliki peran penting sebagai sistem pendukung utama dalam membantu pasien menjalani pengobatan, menjaga pola hidup sehat, serta melakukan kontrol kesehatan secara rutin. Namun, keterlibatan keluarga dalam perawatan seringkali menimbulkan beban psikologis, seperti kecemasan dan stres, terutama akibat kekhawatiran terhadap kondisi pasien dan risiko komplikasi yang dapat terjadi (Purnama, 2023).

Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat stres pada anggota keluarga penderita hipertensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan tentang penyakit, tuntutan perawatan jangka panjang, perubahan peran dalam keluarga, serta keterbatasan sumber daya yang dimiliki. Kondisi tersebut dapat berdampak pada menurunnya kualitas hidup keluarga serta

berkurangnya kemampuan dalam memberikan perawatan yang optimal kepada pasien (Annisa et al., 2024).

Selain itu, dukungan keluarga yang optimal sangat diperlukan dalam keberhasilan pengelolaan hipertensi. Keluarga yang mampu memberikan dukungan emosional, informasional, dan instrumental dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan. Sebaliknya, apabila keluarga mengalami stres yang tinggi, maka kemampuan dalam memberikan dukungan juga dapat menurun sehingga berpengaruh terhadap kondisi kesehatan pasien (Krisdianty et al., 2024).

Upaya untuk mengatasi stres pada anggota keluarga dapat dilakukan melalui pendekatan nonfarmakologis yang relatif aman dan mudah diterapkan. Salah satu intervensi yang dapat digunakan adalah aromaterapi lavender, yang memiliki kandungan linalool dan linalyl acetate yang berfungsi memberikan efek relaksasi serta menurunkan ketegangan emosional melalui sistem limbik (Yoo & Park, 2023). Selain itu, terapi musik klasik juga diketahui mampu memberikan efek menenangkan dengan merangsang pelepasan hormon endorfin dan serotonin yang berperan dalam menciptakan rasa nyaman serta menurunkan tingkat stres (Arisandi & Hartiti, 2022).

Kombinasi aromaterapi lavender dan terapi musik klasik diyakini dapat memberikan efek relaksasi yang lebih optimal karena melibatkan stimulasi sensorik secara simultan, yaitu penciuman dan pendengaran. Intervensi ini dinilai efektif, sederhana, dan dapat diterapkan baik di fasilitas pelayanan kesehatan maupun di lingkungan keluarga (Arly et al., 2024).

Berdasarkan fenomena tersebut, tingkat stres pada anggota keluarga penderita hipertensi menjadi permasalahan yang penting untuk dikaji dalam praktik keperawatan keluarga. Maka dari itu, penulis tertarik untuk mengangkat karya ilmiah akhir Ners dengan judul “Penerapan Edukasi Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Terapi Musik Klasik terhadap Tingkat Stres pada Anggota Keluarga dengan Hipertensi” yang sesuai dengan penelitian yang sudah saya lakukan sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang akan ada dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Penerapan Edukasi Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Stres Pada Keluarga Dengan Anggota Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari?”

C. Tujuan Penulisan

Berdasarkan Rumusan diatas, maka terdapat beberapa tujuan penulisan yang akan ada dalam penelitian ini, diantaranya:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana Penerapan Edukasi Kombinasi Aromaterapi Lavender dan Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Stres Pada Keluarga Dengan Anggota Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.

2. Tujuan Khusus

Selain tujuan umum, didalam karya tulis akhir ners ini akan terdapat juga beberapa tujuan Khusus antara lain :

- a. Untuk menggambarkan tahapan asuhan keperawatan keluarga pada anggota keluarga dengan tingkat stres yang dilakukan Implementasi berupa Penerapan Edukasi Kombinasi Aromatherapy Lavender dan Terapi Musik Klasik
- b. Untuk menggambarkan pelaksanaan intervensi keperawatan pada anggota keluarga dengan tingkat stres melalui edukasi pemberian kombinasi aromaterapi lavender dan terapi musik klasik
- c. Untuk menggambarkan respon atau perubahan tingkat stres pada anggota keluarga sebelum dan setelah diberikan intervensi edukasi aromaterapi lavender dan terapi musik klasik (berdasarkan hasil pengukuran skala stress menggunakan *Perceived Stress Scale* PSS)
- d. Untuk menganalisis kesenjangan hasil intervensi pada dua anggota keluarga dengan tingkat stres setelah diberikan edukasi aromaterapi lavender dan terapi musik klasik.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dengan dilakukannya penelitian ini, didapatkan informasi mengenai Penerapan Edukasi kombinasi Aromaterapi Lavender dan Terapi Musik klasik terhadap tingkat stres pada keluarga dengan anggota hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamansari.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat, khususnya anggota keluarga penderita hipertensi, mengenai pentingnya pengelolaan kecemasan selama proses perawatan. Selain itu, masyarakat dapat mengetahui dan menerapkan intervensi nonfarmakologis berupa aromaterapi lavender dan terapi musik klasik sebagai metode sederhana, aman, dan mudah dilakukan untuk membantu menurunkan tingkat stres di lingkungan rumah

b. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam mengembangkan intervensi keperawatan berbasis nonfarmakologis untuk mengatasi kecemasan pada keluarga pasien hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam penyusunan program

promotif dan preventif serta peningkatan kualitas pelayanan keperawatan di Puskesmas Tamansari.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan peneliti dalam menerapkan intervensi keperawatan keluarga, khususnya dalam penggunaan aromaterapi lavender dan terapi musik klasik untuk menurunkan Tingkat Stres. Selain itu, penelitian ini juga menjadi sarana dalam mengaplikasikan ilmu keperawatan secara langsung di lapangan serta sebagai dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya.