

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar belakang**

Hipertensi juga sering disebut sebagai silent killer karena termasuk penyakit yang tidak dirasakan gejalanya oleh penderita sehingga memicu terjadinya penyakit lain yang disebut mematikan serta dapat meningkatkan risiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Inayati & Aini, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2015, menunjukkan 1,13 miliar orang didunia menderita dan diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang membesar. Penderita hipertensi pada tahun 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% dari warga didunia. Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,2%, prevalensi tertinggi terjadi di Kalimantan Selatan (44,1%) dan yang terendah di Papua (22,2%). Di Jawa Tengah tahun 2013 26,4% naik menjadi 37,6% ditahun 2018 Kemenkes RI, 2018 dalam (Inayati & Aini, 2023).

Berdasarkan hasil riskesdas tahun 2018 penyakit hipertensi di provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) mencapai angka 27,72%. Prevalensi perempuan lebih tinggi dari laki-laki yaitu perempuan 29,03% dibanding laki-laki 26,33% dan data hipotensi di Kota kupang prevalensinya berdasarkan hasil pengukuran berkisar antara 25,61%.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Kupang Tahun 2022 data jumlah kasus hipertensi sebanyak 29.149 kasus dari 11 puskesmas di Kota Kupang, Puskesmas Oesapa menjadi wilayah dengan prevalensi tertinggi dengan jumlah 4.965 dengan jumlah laki-laki sebanyak 2.546 orang dan perempuan sebanyak 2.439 orang dan yang mendapat pelayanan dengan jumlah 2.720 orang yang terdiri dari laki-laki sebanyak 1.088 orang (42,7%) dan perempuan sebanyak 1.632 orang (66,9%), Puskesmas Sikumana berjumlah 4.639 dengan jumlah laki-laki sebanyak 2.394 orang dan perempuan sebanyak 2.245 orang dan yang mendapat pelayanan 3.438 orang yang terdiri dari laki-laki sebanyak 1.719 orang (71,8%) dan perempuan sebanyak 1.719 orang (76,6%), Puskesmas Oepoi berjumlah 3.952 orang yang terdiri dari laki-laki 2.040 orang dan perempuan 1.912 orang dan yang mendapat pelayanan dengan jumlah 2.037 orang yang terdiri dari laki-laki sebanyak 937 orang

(45,9%) dan perempuan sebanyak 1.100 orang (57,5%), sedangkan di panti tresna werdha sendiri kasus hipertensi sebanyak 45 orang (95.74% ).

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu keturunan, usia, gaya hidup, merokok, kegemukan dan stress (Inayati & Aini, 2023). Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis, yang mana akan berdampak fisik dan psikologis pada penderitanya. Dampak fisik yang dapat ditimbulkan dari hipertensi ini penderita akan beresiko mengalami kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), kerusakan otak (stroke) dan penyakit jantung koroner, namun yang paling umum terjadi adalah kardiovaskuler dan stroke, yang merupakan penyebab kematian yang utama didunia setiap tahunnya. Seorang penderita hipertensi mungkin akan menjadi cemas disebabkan penyakit hipertensi yang cenderung memerlukan pengobatan yang relatif lama (Suciana et al., 2020).

Kecemasan (ansietas) adalah suatu perasaan was-was seakan sesuatu yang buruk akan terjadi dan merasa tidak nyaman seakan ada ancaman yang disertai gejala fisik seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin dan tangan gemetar. Seseorang yang mengalami kecemasan akan menyerang bagian kognitifnya, hal ini dapat dilihat cara seseorang tersebut mempersepsikan sesuatu, persepsi cenderung menyempit, dan sering kali berfokus pada apa yang menjadi perhatiannya saja atau pada stressor yang dialaminya saja (Inayati & Aini, 2023).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Oktavianus et al., 1992 dalam (Inayati & Aini, 2023), terhadap 180 orang penderita hipertensi, didapatkan hasil bahwa sebagian besar (60%), mengalami kecemasan terhadap penyakit yang dideritanya, dimana respon ansietas yang dialaminya adalah adanya perasaan khawatir dan was-was, jantung berdebar-debar, nafas cepat, gelisah dan mengalami gangguan lambung. Dampak dari ansietas dapat mempengaruhi stimulasi sistem saraf simpatis, yang meningkatkan frekuensi darah, curah jantung dan tahanan vaskuler perifer, selain itu memicu jantung berdenyut lebih cepat serta lebih kuat, sehingga tekanan darah meningkat. Ansietas klien hipertensi semakin meningkat dengan kurangnya pengetahuan tentang perawatan penyakit hipertensi yang dideritanya (Inayati & Aini, 2023).

Penatalaksanaan gangguan kecemasan dapat dibagi menjadi dua yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologi seperti obat anti cemas dapat membantu menurunkan cemas tetapi memiliki efek ketergantungan, sedangkan

terapi non farmakologis seperti psikoterapi, terapi tertawa, terapi kognitif, dan relaksasi lebih aman (Inayati & Aini, 2023). Ada beberapa terapi nonfarmakologis, intervensi keperawatan dalam nonfarmakologis untuk mengatasi kecemasan pada pasien hipertensi dengan meditasi (relaksasi). Salah satu alternatif relaksasi pada penderita hipertensi adalah dengan hipnosis lima jari dikenal juga dengan menghipnotis diri yang bertujuan untuk pemograman diri, menghilangkan kecemasan dengan melibatkan saraf pesimpatis dan akan menurunkan peningkatan kerja jantung, pernafasan, dan tekanan darah. Hipnotis lima jari adalah pemusatan pikiran pada bayangan atau kenangan yang diciptakan sambil menyentuhkan lima jari secara berurutan dalam keadaan rileks. Menurut (A. D. Astuti & Dkk, 2017) dalam jurnal (Anisafitri, Nur, & Hidayati, 2020) terapi hipnosis lima jari mampu menurunkan kecemasan secara signifikan dari kecemasan berat menjadi sedang dan sedang menjadi ringan(Inayati & Aini, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Rachmawati at al (2018), tentang pemberian terapi generalis terhadap klien hipertensi yang mengalami kecemasan, didapatkan hasil bahwa terjadinya penurunan kecemasan, dari kecemasan sedang menjadi kecemasan ringan, dengan penurunan 4,5% (Inayati & Aini, 2023).

Gambaran Teknik Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi bahwa penerapan hipnosis lima jari dalam mengatasi kecemasan pasien hipertensi menunjukkan setelah diberikan tindakan keperawatan berupa hipnosis lima jari pada kedua partisipan terjadi penurunan tingkat kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh Agnes Silvina Marbun, dkk. (2019) dalam (Inayati & Aini, 2023). Tentang Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari Terhadap Kecemasan Ibu Pre Partum Di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai yang menggunakan metode Quasy experiment One Group pre and Post test design yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari terhadap kecemasan ibu Pre Partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai. Rancangan ini tidak memiliki kelompok pembanding (kontrol) akan tetapi dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan peneliti menguji perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan  $p.value=0,001$  artinya terdapat efektivitas hipnotis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada ibu pre partum.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dialami seseorang karena penyakit hipertensi dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya, oleh karena itu penulis tertarik untuk mengangkat Karya Tulis Ilmiah dengan judul Penerapan Hipnosis Lima Jari Terhadap Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Desa Tratemulyo Weleri Kendal. Inovasi yang di aplikasikan penulis dalam Karya Tulis Ilmiah ini adalah Efektivitas Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Panti Tresna Werdha Budi Agung Naikoten Kota Kupang.

## **1.2 Rumusan masalah**

Bagaimana Efektivitas terapi *Hipnosis lima jari* dalam mengatasi kecemasan pada pasien hipertensi di Panti Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang ?

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui Efektivitas terapi *Hipnosis lima jari* dalam mengatasi kecemasan pada pasien hipertensi Di Panti Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada pasien hipertensi sebelum pemberian terapi *Hipnosis Lima Jari* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang.
- c. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada pasien hipertensi sesudah pemberian terapi *Hipnosis Lima Jari* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang.
- d. Mengevaluasi penerapan terapi *Hipnosis Lima Jari* terhadap kecemasan pada pasien hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Agung Kota Kupang.

## **1.4 Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu intervensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya tentang terapi non farmakologis melalui terapi *Hipnosis Lima Jari* dalam penurunan kecemasan pada pasien hipertensi.

### **2. Manfaat Penelitian**

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk penelitian selanjutnya dalam menginspirasi melakukan penelitian tentang terapi *Hipnosis Lima Jari* terhadap kecemasan pada pasien hipertensi.

3. Manfaat Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan atau referensi baru dalam memberikan informasi mengenai pengaruh terapi *Hipnosis Lima Jari* terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi.

4. Manfaat Untuk Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat untuk menambah wawasan tentang pentingnya terapi *Hipnosis Lima Jari* terhadap tingkat kecemasan pada lanjut usia.