

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tuberkulosis merupakan salah satu penyakit menular yang ditimbulkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*. Penularannya terjadi melalui perantara udara sehingga digolongkan sebagai penyakit berbasis udara (*airborne disease*). Bakteri *Mycobacterium tuberculosis* dapat menular ke manusia yang lain melalui percikan dahak (droplet) ketika penderita TB paru aktif batuk atau bersin. *Mycobacterium tuberculosis* ini akan cepat mati bila terkena sinar matahari langsung, tetapi dapat bertahan hidup beberapa jam di tempat yang gelap dan lembab. (Making et al., 2023)

Sebagian besar infeksi *Mycobacterium tuberculosis* menyerang organ paru-paru sehingga dikenal sebagai tuberkulosis paru. Namun demikian, kuman ini juga dapat mengenai organ tubuh lainnya. Tanda utama dari TB paru adalah batuk berdahak yang berlangsung selama minimal dua minggu. Kondisi tersebut sering disertai gejala tambahan berupa batuk berdarah, sesak napas, rasa lemah, penurunan nafsu makan dan berat badan, perasaan tidak bugar (*malaise*), keringat malam tanpa aktivitas fisik, serta demam yang menetap lebih dari satu bulan.

Tuberkulosis termasuk dalam sepuluh besar penyebab utama kematian secara global, bersama dengan penyakit jantung iskemik, stroke, infeksi saluran pernapasan akut, penyakit paru obstruktif kronis (PPOK), kanker paru, diabetes melitus, demensia, diare, serta kecelakaan lalu lintas. Indonesia sendiri digolongkan sebagai salah satu negara dengan beban tuberkulosis tertinggi, sejalan dengan India, Tiongkok, Filipina, dan Pakistan.

Dinas kesehatan NTT mencatat bahwa, kasus TB paru di NTT pada tahun 2015 berjumlah 5.392 kasus. Pada tahun 2016 angka tersebut menurun menjadi 1.320 kasus. Sedangkan pada tahun 2017 jumlah kasus mengalami peningkatan menjadi 6.236 kasus. Angka kasus ini menunjukkan bahwa ada peningkatan yang signifikan sebanyak 4.916 kasus (78,83%). Dari beberapa kabupaten/kota di

NTT yang memiliki jumlah kasus TB tertinggi adalah Kota Kupang yaitu sebanyak 767 kasus dengan Case Notification Rate (CNR) sebesar 13,98 per 100.000 penduduk.(Rofina Lidae Lokang Leu et al., 2020)

Tuberkulosis (TB) merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat global, termasuk di Indonesia. Negara ini menempati urutan ketiga penyumbang kasus TB terbanyak di dunia dengan proporsi 8%, setelah India (27%) dan Tiongkok (9%). Prevalensi TB di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) pada tahun 2018 tercatat sebesar 0,3%, lebih rendah dibandingkan prevalensi nasional yaitu 0,4%. Rendahnya angka tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh masih adanya kasus yang belum dilaporkan. Pada tahun 2019, dari total 845.000 penderita TB di Indonesia, sekitar 281.000 di antaranya belum terdiagnosis maupun tercatat dalam sistem notifikasi, dan hingga kini belum tersedia data rinci baik di tingkat nasional maupun daerah.

Kota Kupang merupakan wilayah dengan jumlah kasus tuberkulosis (TB) tertinggi di Provinsi Nusa Tenggara Timur, yaitu sebanyak 767 kasus dengan angka *Case Notification Rate* (CNR) 186 per 100.000 penduduk serta *Success Rate* (SR) sebesar 85%. Pada tahun 2018, jumlah kasus TB di Kota Kupang menurun menjadi 645 dengan CNR 152 per 100.000 penduduk dan SR 81%. Meskipun jumlah kasus menurun, capaian SR justru ikut mengalami penurunan sehingga belum mencapai target *Rencana Strategis* (Renstra) Dinas Kesehatan Provinsi NTT tahun 2018, yaitu 90%. Salah satu faktor yang memengaruhi rendahnya SR adalah kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat. Di NTT, masih banyak penderita TB yang tidak rutin menjalani terapi obat, bahkan sebagian mengalami putus obat. Proporsi pasien yang tidak teratur mengonsumsi obat mencapai 46,5%, dengan alasan merasa sembuh sebesar 26,8% dan alasan lain yang tidak diketahui sebanyak 23,5%. Namun, hingga kini belum tersedia data spesifik mengenai penyebab putus obat pada penderita TB di Kota Kupang. (Mayopu et al., 2022)

Indonesia menempati peringkat kedua sebagai negara dengan jumlah penderita tuberkulosis (TBC) tertinggi di dunia setelah India, dengan kontribusi kasus baru mencapai 10% dari total kasus global. Secara keseluruhan,

diperkirakan terdapat sekitar 10,6 juta orang di dunia yang menderita TBC pada tahun 2022.

Berdasarkan *Global Tuberculosis Report* tahun 2023, estimasi angka insiden tuberkulosis (TBC) di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 385 per 100.000 penduduk. Angka tersebut menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2021 yang tercatat sebesar 354 per 100.000 penduduk. Sementara itu, angka kematian akibat TBC pada tahun 2022 diperkirakan sebesar 49 per 100.000 penduduk.

Pada tahun 2023, jumlah kasus tuberkulosis yang terdeteksi mencapai 821.200 kasus, mengalami peningkatan signifikan dibandingkan tahun 2022 yang tercatat sebanyak 677.464 kasus. Kasus terbanyak berasal dari provinsi dengan jumlah penduduk besar, yaitu Jawa Barat, Jawa Timur, dan Jawa Tengah. Jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, angka kejadian pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, baik di tingkat nasional maupun provinsi. Secara nasional, proporsi kasus pada laki-laki tercatat sebesar 57,9%, sedangkan pada perempuan sebesar 42,1%.(Kementrian Kesehatan, 2016)

Indonesia termasuk dalam negara dengan beban tuberkulosis (TBC) tertinggi di dunia, dengan estimasi 845.000 orang jatuh sakit akibat TBC dan sekitar 98.000 di antaranya meninggal, setara dengan 11 kematian setiap jam. Dari total kasus tersebut, baru sekitar 67% yang berhasil ditemukan serta mendapatkan pengobatan, sehingga masih terdapat sekitar 283.000 penderita TBC yang belum menjalani terapi dan berpotensi menjadi sumber penularan bagi orang di sekitarnya.

Dalam upaya menanggulangi tuberkulosis (TBC), Kementerian Kesehatan Republik Indonesia merencanakan program skrining berskala besar yang mulai dilaksanakan pada tahun 2022. Penemuan kasus sejak dini serta pengobatan yang tuntas hingga sembuh menjadi langkah penting untuk memutus rantai penularan di masyarakat. Dari total kasus TBC di Indonesia, sekitar 283.000 di antaranya merupakan TBC paru yang berisiko menularkan kepada individu sehat di sekitarnya. Beberapa daerah seperti Banten, Gorontalo, DKI Jakarta,

Sulawesi Utara, dan Sulawesi Barat telah menunjukkan capaian tinggi dalam penemuan kasus dan keberhasilan pengobatan TBC. (Marna et al., 2023)

Tuberkulosis juga merupakan penyebab utama kematian yang berkaitan dengan Antimicrobial resistance dan pembunuh utama penderita HIV. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merumuskan strategi *End Tuberculosis* sebagai bagian dari *Sustainable Development Goals* (SDGs), dengan tujuan utama untuk mengakhiri epidemi tuberkulosis secara global. Laporan Tuberkulosis Global menurut WHO pada tahun 2023 memberikan penilaian komprehensif dan terkini mengenai epidemi TBC dan kemajuan dalam pencegahan, diagnosis, dan pengobatan penyakit ini baik di tingkat global, regional, dan negara. Hal ini dilakukan dalam konteks komitmen, strategi dan target TBC global, data WHO yang dirilis 7 November 2023 masih menempatkan Indonesia pada urutan dua teratas kasus Tuberkulosis (TBC) di dunia. Berdasarkan data Kemenkes RI, total kasus TBC tahun 2023 sebanyak 658.543 kasus per 3 November 2023. (Azkia Rahma et al., 2024)

Stigma dipahami sebagai perilaku atau penilaian negatif yang dilekatkan pada individu. Pada penderita tuberkulosis (TB), keberadaan stigma berdampak buruk karena menimbulkan perasaan cemas, takut, malu, putus asa, rendah diri, hingga dijauhi oleh lingkungan sekitar maupun orang terdekat. Stigma terhadap penderita TB dapat bersumber dari masyarakat dan keluarga (*social stigma*), maupun dari dalam diri penderita sendiri (*self stigma*). Akibatnya, penderita kerap merasa malu, mengalami penolakan, diskriminasi, hingga pengucilan (Efendi et al., 2024). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingkat stigma pada pasien TB tergolong tinggi. Studi yang dilakukan Timory & Modjo (2023) melaporkan sekitar 80% responden penderita TB mengalami stigma, sedangkan penelitian Mohammedhusein et al. (2020) menemukan sebesar 57,1% responden merasakan hal serupa. Kondisi ini berpotensi menimbulkan masalah psikososial, di mana penderita merasa terisolasi dan kehilangan kepercayaan diri akibat penyakit menular yang dialaminya. Selain itu, stigma juga dapat memicu gangguan psikologis serta stresor lain yang menambah beban pikiran dan akhirnya menimbulkan kecemasan.

Pada penderita tuberkulosis terdapat faktor yang menyebabkan memburuknya kondisi penderita terutama kecemasan. Kecemasan adalah keadaan emosional yang terkait dengan ancaman. Gangguan kecemasan adalah hasil dari pemrosesan informasi pasien dalam situasi yang dianggap sebagai ancaman. Alsagaff menyatakan bahwa kecemasan pada pasien tuberkulosis merupakan respons psikologis terhadap kondisi tertekan dan mengancam yang dialami, ditandai dengan munculnya rasa takut, ketidaktenangan, serta keraguan dalam diri pasien.

Kecemasan pada penderita tuberkulosis berkaitan dengan munculnya rasa khawatir yang berlebihan terhadap kondisi penyakit yang dialami. Pasien dengan diagnosis TB paru umumnya merasakan ketakutan, baik terhadap proses pengobatan, kemungkinan kematian, maupun efek samping terapi. Selain itu, timbul pula kekhawatiran akan risiko menularkan penyakit kepada orang lain, kehilangan pekerjaan, serta mengalami penolakan dan diskriminasi dari lingkungan sekitar.

Penderita tuberkulosis juga kerap mengalami berbagai keluhan fisik, antara lain tubuh terasa lemas, penurunan nafsu makan, keluarnya keringat pada malam hari tanpa aktivitas fisik, batuk yang berlangsung lebih dari dua minggu, serta batuk yang disertai darah. Keluhan psikologis yang sering terjadi pada pasien tuberkulosis adalah kecemasan, depresi, putus asa dan tidak berdaya. (Dewi et al., 2022)

Ansietas merupakan respon dari individu yang sering dialami dalam kehidupan sehari-hari. Ansietas biasanya terjadi saat seseorang mengalami hal yang mengancam individu. Ansietas merupakan sistem pertahanan tubuh yang digunakan untuk mempertahankan diri dalam menghadapi perubahan yang terjadi di sekitar individu. Ansietas pada dasarnya merupakan respon yang normal dari individu, tetapi meskipun demikian individu yang mengalami ansietas perlu dilakukan tindakan penanganan agar tidak semakin bertambah derajat ansietasnya.

Ansietas atau kecemasan merupakan suatu kondisi emosional yang kompleks, ditandai dengan munculnya rasa takut yang sering disertai gejala

fisik, seperti jantung berdebar, sesak napas, maupun nyeri pada dada. Gangguan ansietas mungkin juga akibat adanya gangguan di otak yang berhubungan dengan gangguan fisik atau gangguan kejiwaan.

Individu yang mengalami ansietas apabila tidak segera diatasi maka akan mengganggu kegiatan sehari-hari. Adapun aspek yang kemungkinan mengalami gangguan sebagai respon dari ansietas meliputi respon kognitif, afektif, fisiologis, perilaku dan sosial. Dengan demikian, penting untuk melakukan penanganan ansietas sedini mungkin agar gejala yang dialami tidak berkembang menjadi lebih berat dan dapat segera diatasi. Adapun teknik untuk mengatasi ansietas ada beberapa cara tergantung dari respon yang dirasakan oleh pasien. Salah satu metode ini adalah latihan berfokus pada 5 jari. Latihan berfokus pada lima jari merupakan teknik relaksasi dengan menggabungkan antara pernafasan dan seni komunikasi verbal. Metode ini dianggap lebih efektif karena melalui hipnosis lima jari, intervensi difokuskan pada sumber kecemasan yang terletak di alam bawah sadar pasien. Terapi hipnosis lima jari ini memungkinkan individu untuk mengubah persepsi ansietas di alam bawah sadar sehingga menjadikan lebih rileks dan menurunkan ansietas. (Norman Wijaya Gati & Ika Silvitasari, 2022)

Terapi hipnosis lima jari merupakan suatu teknik intervensi yang memanfaatkan gerakan lima jari tangan, di mana pasien dibimbing untuk mengubah persepsi terhadap kecemasan, stres, ketegangan, dan rasa takut. Proses ini dilakukan dengan memberikan sugesti pada kondisi bawah sadar atau saat pasien berada dalam keadaan rileks, sambil menggerakkan jari-jarinya sesuai instruksi yang diberikan. (Mawarti & Yuliana, 2021)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Joko Susilo (2023) yang berjudul “Pengaruh Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Menurunkan Tingkat Ansietas Pada Penderita TB Paru di Wilayah kerja Puskesmas Poncowarno Kabupaten Lampung Tengah Tahun 2023”, terapi hipnosis lima jari telah terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien tuberkulosis paru. Penelitian yang melibatkan 18 responden menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi, sebagian besar peserta (76,7%) berada pada kategori

kecemasan sedang, sedangkan 23,3% lainnya mengalami kecemasan ringan, dengan skor rata-rata 4,03. Setelah diberikan terapi, terjadi penurunan yang bermakna, di mana 83,3% responden beralih ke kategori kecemasan ringan dan hanya 16,6% yang masih berada pada kategori sedang, dengan rata-rata skor menurun menjadi 2,03. Hasil uji statistik menggunakan *paired t-test* memperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya perbedaan signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi. Temuan ini memperkuat bahwa hipnosis lima jari merupakan salah satu metode nonfarmakologis yang efektif untuk mengurangi kecemasan pada penderita tuberkulosis paru. (Susilo, 2023)

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang dapat penulis angkat dalam karya tulis ilmiah ini adalah bagaimana penerapan terapi hypnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien tuberkulosis di Puskesmas

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis penerapan terapi hypnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien tuberkulosis

1.3.2 Tujuan Khusus

Mengidentifikasi pengaruh penerapan terapi hypnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien tuberkulosis

1.4 Manfaat

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai kajian pembelajaran dan menambah wawasan ilmu pengetahuan dan menambah studi pustaka bagi mahasiswa yang berkaitan dengan penerapan terapi hypnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien tuberkulosis.

2. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan dan informasi yang sangat bermanfaat bagi masyarakat khususnya pasien dan keluarga dalam mengaplikasikan hipnosis lima jari pada klien dengan tuberculosis yang mengalami kecemasan.

3. Bagi Penulis

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman bagi penulis tentang penerapan terapi hypnosis lima jari terhadap penurunan kecemasan pasien tuberculosis.