

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/ tenang. (Kemenkes, 2021) Hipertensi merupakan masalah yang perlu diwaspadai, karena tidak ada tanda gejala khusus pada penyakit hipertensi dan beberapa orang masih merasa sehat untuk beraktivitas seperti biasanya. Hal ini yang membuat hipertensi sebagai penyakit yang awalnya tidak menampilkan gejala sama sekali, tetapi dapat merenggut nyawa secara tiba-tiba (Kemenkes, 2018).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 menunjukan 1,3 milyar orang di dunia menderita hipertensi, 2/3 penderita hipertensi berada di negara berkembang. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat dan diprediksi tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia terkena hipertensi. Hipertensi telah menyebabkan banyak kematian sekitar 8 juta orang setiap tahunnya, dan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara dengan 1/3 populasinya menderita hipertensi (WHO, 2023)

Prevalensi hipertensi di Indonesia masih mengacu pada Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) karena tidak didapatkan data terbaru. Hasil Riskesdas tahun 2018 penderita hipertensi di Indonesia mencapai 8.36% berdasarkan diagnosa dokter pada penduduk umur ≥ 18 tahun. Hasil pengukuran tekanan darah, prevalensi penderita hipertensi di Indonesia adalah 34.1% sedangkan pada tahun 2013 tercatat 25.8%, sehingga dapat dikatakan mengalami peningkatan yaitu sekitar 8.3%, dari peningkatan secara nasional tersebut di provinsi nusa tenggara timur hasil pengukuran pada kategori umur yang sama meningkat 4.42%. Di kabupaten kabupaten Sumba Barat tercatat 18.9% penduduk yang menderita hipertensi (Dinkes Sumba Barat, 2023). Di RSUD waikabubak tempat dilakukan studi kasus tercatat 8,9 % pasien yang menderita hipertensi.

Hipertensi sering disebut sebagai “silent killer” karena biasanya tidak menimbulkan gejala sampai pada timbulnya komplikasi yang serius (Eni, 2021). Diantara sekian banyak gejala, salah satu gejala yang sering dikeluhkan penderita hipertensi adalah kecemasan (Ansietas). Hipertensi terjadi karena dipengaruhi oleh faktor-faktor risiko diantaranya adalah umur, jenis kelamin, obesitas, alkohol, genetik, stres, asupan garam, merokok, pola aktivitas fisik, penyakit ginjal dan diabetes mellitus (Fauziah et al., 2021). Semakin tinggi tekanan darah, semakin besar risiko terjadinya komplikasi. Komplikasi yang ditimbulkan pada penderita hipertensi diantaranya adalah merusak pembuluh darah, gagal ginjal, gagal jantung, penyakit pembuluh darah tepi, gangguan penglihatan dan stroke. (Fauziah et al., 2021).

Melihat dampak dari hipertensi maka diperlukan penanganan yang tepat. Tujuan penanganan pada pasien hipertensi adalah mencegah progresif penyakit, mengurangi gejala, memperbaiki status kesehatan, dan memperbaiki exercise tolerance (Fauziah et al., 2021). dengan berkurangnya gejala sekaligus menurunkan kecemasan pasien. Penanganan pasien hipertensi dapat dilakukan dengan penatalaksanaan medis dan keperawatan. Penatalaksanaan keperawatan dapat dilakukan dengan cara farmakologi maupun non-farmakologi.

Salah satu penatalaksanaan pada ansietas adalah dengan terapi hipnosis lima jari dikenal juga dengan menghipnotis diri yang bertujuan untuk menghilangkan kecemasan dengan melibatkan saraf simpatis dan akan menurunkan peningkatan kerja jantung, pernafasan, dan tekanan darah. manfaat dari terapi hipnosis lima jari antara lain: memberikan ketenangan batin bagi individu, mengurangi rasa cemas, khawatir dan gelisah, mengurangi ketegangan, mengurangi tekanan darah, detak jantung jadi lebih rendah dan tidur menjadi nyenyak. (Inayati & Aini, 2023)

Hasil penelitian (Audhia et al., 2021) menunjukkan bahwa setelah diberikan tindakan keperawatan berupa teknik hipnosis lima jari pada kedua partisipan terjadi penurunan tingkat kecemasan. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa tindakan keperawatan berupa teknik hipnotis lima jari dapat

menurunkan kecemasan pada pasien yang mengalami hipertensi, senada dengan hasil penelitian (Audhia et al., 2021) maka hasil penelitian (Inayati & Aini, 2023) menunjukkan bahwa setelah diberikan tindakan keperawatan selama 3 hari berturut-turut berupa teknik hipnosis lima jari pada keempat partisipan terjadi penurunan tingkat kecemasan kesimpulan dari hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa tindakan keperawatan berupa teknik hipnosis lima jari dapat menurunkan kecemasan pada pasien yang mengalami hipertensi. Hasil penelitian (Mukhodaroh & Prasetya, 2023) menunjukkan bahwa Ada perubahan tingkat ansietas pada responden 1 dari 21 (kecemasan sedang) ke 14 (kecemasan ringan) dan pada responden 2 dari 17 (kecemasan ringan) ke 11 (tidak ada kecemasan). Sehingga diharapkan bahwa pasien hipertensi dapat menerapkan hipnosis lima jari secara mandiri untuk menurunkan kecemasan yang dialami.

Banyak penelitian yang telah dilakukan dalam menguji keberhasilan teknik terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi, nyatanya teknik non-farmakologi ini dalam praktik keperawatan sendiri belum diterapkan secara maksimal oleh perawat dalam asuhan keperawatan untuk pasien dengan hipertensi, serta pasien dan keluarga yang masih belum mengetahui teknik penurunan ansietas.

Berdasarkan pembahasan di atas, maka penulis tertarik untuk menyusun studi kasus tentang Implementasi terapi hipnosis lima jari Pada Pasien hipertensi dengan ansietas di RSUD waikabubak.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah studi kasus ini adalah: Bagaimana penerapan implementasi terapi hipnosis lima jari pada pasien hipertensi dengan ansietas di interna RSUD waikabubak ?

C. Tujuan Studi Kasus

Setelah melakukan studi kasus penulis mampu menerapkan teknik hipnosis lima jari pada pasien hipertensi di ruang interna RSUD waikabubak

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat teoritis

Penulis berharap studi kasus yang dilakukan dapat memperkaya teori serta menambah sumber referensi terkait penanganan hipertensi melalui teknik terapi hipnosis lima jari untuk mengurangi kecemasan pasien.

2. Manfaat praktik

a. Bagi rumah sakit

Hasil studi kasus yang telah dilakukan dapat dijadikan salah satu alternatif untuk meningkatkan kualitas pelayanan pada pasien hipertensi terutama dalam pemberian terapi hipnosis lima jari untuk mengurangi ansietas.

b. Bagi pasien / keluarga

Diharapkan setelah penerapan implementasi terapi hipnosis lima jari dengan baik dan disiplin pada pasien, pasien mampu memahami sehingga dapat menerapkan terapi ini untuk menurunkan tingkat ansietas pada penderita hipertensi

c. Bagi perawat

Dapat menjadi pilihan implementasi terapi hipnosis lima jari pada pasien hipertensi dengan ansietas.

