

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya (WHO, 2021). Menurut perkiraan WHO, sekitar 22% dari total populasi dunia saat ini menderita hipertensi. Prevalensi tertinggi terjadi di Afrika, mencapai 27%. Sementara itu, Asia Tenggara menempati peringkat ketiga tertinggi dengan prevalensi sekitar 25% dari keseluruhan populasi (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi hipertensi di Indonesia survei indikator Kesehatan Nasional (SIRENAS) dan di tahun 2020 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 tahun keatas sebesar 32,4% (Kemenkes RI, 2021).

Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena dianggap sebagai salah satu penyakit yang sering tanpa keluhan namun menjadi faktor resiko sebagian besar kasus kematian dini terkait penyakit jantung dan stroke di dunia (World Health Organization, 2021). Hipertensi tidak memiliki tanda dan gejala yang khas pada stadium awal, sehingga banyak orang tidak menyadarinya mereka biasanya mengetahui hal tersebut saat kesehatan atau sudah timbul keadaan yang sudah memberat (Haryono, 2020). Hipertensi yang berkepanjangan dapat menyebabkan komplikasi berupa penyakit jantung koroner, stroke dan gagal ginjal bahkan dapat menyebabkan kematian (Oktaviani, 2019).

Indonesia sendiri hipertensi berada dalam peringkat ke-1 dari 10 besar kategori penyakit tidak menular kronis. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Provinsi Jawa Tengah menempati urutan ke 11 untuk kasus hipertensi menurut (Riskesdas, 2018).

Kasus hipertensi di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2023 kasus jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun sebanyak 263.830 jiwa,

dilihat dari tabel pelayanan kesehatan penderita hipertensi menurut jenis kelamin, kecamatan, dan puskesmas Kabupaten Sukoharjo tahun 2023.

Tabel 1.1 Jumlah penderita hipertensi kabupaten sukoharjo tahun 2023

No.	Kecamatan	Puskesmas	Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia >15 tahun	
			Laki-laki	Perempuan
1.	Weru	Weru	8.604	8.649
2.	Bulu	Bulu	5.715	5.572
3.	Tawangsari	Tawangsari	8.403	8.296
4.	Sukoharjo	Sukoharjo	14.244	14.204
5.	Nguter	Nguter	8.170	8.050
6.	Bendosari	Bendosari	9.336	9.303
7.	Polokarto	Polokarto	12.506	12.422
8.	Mojlaban	Mojlaban	13.387	13.435
9.	Grogol	Grogol	17.700	17.644
10.	Baki	Baki	10.334	10.243
11.	Gatak	Gatak	7.783	7.795
12.	kartasura	kartasura	16.027	16.007
Jumlah			132.209	131.621

Sumber : Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo Tahun 2023

Faktor yang dapat meningkatkan kasus hipertensi diantaranya adalah faktor yang tidak dapat dikontrol seperti bertambahnya umur, stres psikologis, herediter (keturunan), dan dapat juga disebabkan penyakit lain seperti ginjal. Pemakaian kontrasepsi oral juga dapat menyebabkan terganggunya keseimbangan hormon yang berdampak pada peningkatan tekanan darah. Faktor meningkatnya kasus hipertensi yang dapat terkontrol adalah kegemukan, kurang olahraga, merokok, serta mengonsumsi alkohol dan garam yang berlebihan (Mbeni et al, 2023). Kelebihan berat badan atau obesitas sering kali terkait dengan peningkatan risiko hipertensi. Lemak berlebih dalam tubuh dapat memengaruhi metabolisme dan fungsi pembuluh darah, yang dapat menyebabkan tekanan darah meningkat. Risiko hipertensi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Penuaan dapat menyebabkan kekakuan arteri dan peningkatan tekanan darah. Stres kronis dapat memengaruhi tekanan darah. Meskipun hubungan antara stres dan hipertensi.

Dampak penyakit hipertensi berkembang dari tahun ke tahun dan menyebabkan banyak komplikasi. Hipertensi adalah faktor resiko utama pada penyakit jantung, serebral (otak), renal (ginjal), dan vas-kular (pembuluh

darah) dengan komplikasi berupa “infark miokard” (serangan jantung), gagal jantung, stroke (serangan otak), gagal ginjal dan penyakit vaskular perifer. Selain itu, tekanan darah tinggi juga berpengaruh terhadap pembuluh darah koroner di jantung berupa terbentuknya plak (timbunan) aterosklerosis yang dapat mengakibatkan penyumbatan pembuluh darah dan menghasilkan serangan jantung (heart attack) (Dewi et al, 2018).

Salah satu solusi yang semakin mendapatkan perhatian penulis adalah teknik terapi alternatif yang dikenal sebagai *guided imagery* atau imajinasi terpandu. Metode ini melibatkan penciptaan suasana pikiran yang positif dan tenang melalui visualisasi mental. Pasien diajak untuk membayangkan situasi yang menyenangkan, seperti alam indah atau pengalaman positif, dengan harapan dapat mempengaruhi respons fisik dan emosional mereka. Penggunaan *guided imagery* sebagai suatu bentuk terapi komplementer menarik untuk diinvestigasi lebih lanjut. *guided imagery* telah lama dikenal sebagai teknik relaksasi yang dapat meredakan stres, kecemasan, dan berbagai gangguan kesehatan mental (Herliana et al, 2023). Ketika membayangkan hal-hal menyenangkan, rangsangan tersebut diantarkan ke batang otak menuju sensor talamus hingga berpengaruh pada aktivasi saraf vagus. Saraf vagus berfungsi untuk menurunkan denyut jantung dan curah jantung hingga mempengaruhi tekanan darah (Porth & Matfin, 2009).

Tingkat keberhasilan dari penerapan ini dapat dilihat pada jurnal “Pengaruh *Guided Imagery* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Kota Bengkulu” yang didalamnya menjelaskan bahwa adanya keefektifan dalam pemberian terapi *guided imagery* untuk penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Hipertensi yang tidak diobati akan mempengaruhi semua sistem organ dan akhirnya memperpendek harapan hidup sebesar 10-20 tahun. Mortalitas pada pasien hipertensi lebih cepat apabila penyakitnya tidak terkontrol dan telah menimbulkan komplikasi ke beberapa bagian vital.

Prevalensi hipertensi di RSUD Sukoharjo berdasarkan profil kesehatan tahun 2023 dari hasil pengukuran tekanan darah kepada pasien ≥ 15 tahun

sebanyak 580.262 (91,6%) terdapat Hipertensi sebanyak 139.114 (52,7%). Hasil studi yang dilakukan pada Kepala Ruang Gladiol, didapatkan penderita hipertensi merupakan penyakit terbanyak yang ada diruang gladiol. Pasien banyak yang baru diketahui mengalami hipertensi saat berada di Rumah sakit. Beliau mengatakan di RSUD ini belum menerapkan teknik *guide imagery* karena terbatasnya SDM di ruangan. Hipertensi yang di alami oleh pasien bisa disebabkan baik faktor keturunan atau faktor kecemasan saat berada di rumah sakit. Studi pendahuluan pada pasien didapatkan hasil bahwa pasien belum mengetahuinya selama ini dan baru pertama kali mendengarnya.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hasil Penerapan Terapi *Guided Imagery* Terhadap Efektifitas Penurunan Tekanan Darah pada pasien hipertensi di Ruang Gladiol RSUD Ir Soekarno Sukoharjo?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hasil Penerapan Terapi *Guided Imagery* Terhadap Efektifitas Penurunan Tekanan Darah Pada pasien hipertensi di Ruang Gladiol RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil penurunan tekanan darah sebelum dilakukan penerapan terapi *guided imagery* terhadap efektifitas Penurunan Tekanan Darah Pada pasien hipertensi di Ruang Gladiol RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo.
- b. Mendeskripsikan hasil penurunan tekanan darah tinggi sesudah dilakukan penerapan terapi *guided imagery* terhadap efektifitas Penurunan Tekanan Darah Pada pasien hipertensi di Ruang Gladiol RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo.
- c. Mendeskripsikan perbandingan penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi *guided imagery* pada 2 responden di Ruang Gladiol RSUD Ir Soekarno Kabupaten Sukoharjo.

D. Manfaat Penerapan

1. Manfaat Praktis

Karya ilmiah ini sebagai sarana untuk menambah wawasan, ilmu pengetahuan, dan pengalaman baru bagi masyarakat sebagai ilmu pengetahuan terapi *guided imagery* terhadap penurunan pada pasien hipertensi.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Masyarakat

Membudayakan pengelolaan pasien dengan pemberian terapi *guided imagery* secara mandiri melalui pengelolaan dengan cara tindakan secara mandiri.

b. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan tentang tindakan terapi *guided imagery* pada klien hipertensi pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan. Dapat digunakan juga sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan terapi *guided imagery* secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan pasien hipertensi.

c. Bagi Penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan terapi *guided imagery* pada pasien hipertensi.