

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menurut bahasa latin berasal dari 2 kata yaitu hiper dan tension. Hiper merupakan tekanan bersifat tinggi atau lebih, kemudian tension merupakan tensi. Hipertensi dikenal sebagai penyakit tekanan darah tinggi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia (Nurjaha, 2021). Hipertensi adalah suatu keadaan pada proses naiknya tekanan darah bersifat kronis (jangka waktu lama) berpotensi menjadi sakit yang luar biasa ataupun kematian individu. Hipertensi ditandai dengan hasil pengukuran tekanan darah yang menunjukkan tekanan sistolik sebesar > 140 mmHg atau dan tekanan diastolik sebesar > 90 mmHg (Salsabila, 2023).

World Health Organization (WHO) menyebutkan pada tahun 2023 memperkirakan bahwa jumlah orang dewasa penderita hipertensi hampir dua kali lipat meningkat secara global selama tiga dekade terakhir. Secara global, hampir 1 dari 3 orang dewasa menderita hipertensi, dengan prevalensi pria sedikit lebih tinggi daripada wanita di bawah kelompok usia 50 tahun. Di atas usia 50 tahun, prevalensinya mencapai hampir 49%, atau setiap 1 dari 2 orang, dengan prevalensi yang hampir sama di antara pria dan wanita. Hipertensi mengakibatkan penduduk dunia yang meninggal setiap tahunnya sebanyak kurang lebih 8 juta dan terdapat 1,5 juta penduduk yang berasal dari Asia Tenggara atau sepertiga penduduk mengalami hipertensi dan berakibat beban kesehatan berupa biaya akan bertambah (WHO, 2024).

Kemendes RI (2024b) menyatakan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia, dengan 90-95% kasus didominasi oleh hipertensi esensial. Di Indonesia, hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan presentase 10,2%. Proporsi penderita hipertensi umur 18-59 tahun dengan obesitas sentral atau yakni kondisi kelebihan lemak pada perut 3,4 kali lebih

tinggi dibandingkan penderita hipertensi yang tidak obesitas sentral. Sementara itu, proporsi penderita hipertensi umur di atas 60 tahun dengan obesitas sentral sama dengan penderita hipertensi yang tidak obesitas sentral.

Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan. Alasan penderita hipertensi tidak minum obat antara lain karena penderita hipertensi merasa sehat (59,8%), kunjungan tidak teratur ke fasyankes (31,3%), minum obat tradisional (14,5%), menggunakan terapi lain (12,5%), lupa minum obat (11,5%), tidak mampu beli obat (8,1%), terdapat efek samping obat (4,5%), dan obat hipertensi tidak tersedia di Fasyankes (2%) (Kemenkes RI, 2024a).

Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mencapai 37,57%. Sementara itu, prevalensi hipertensi pada perempuan sebanyak 40,17% lebih tinggi daripada laki-laki sebanyak 34,83%. Prevalensi hipertensi di wilayah perkotaan sebanyak 38,11% sedikit lebih tinggi jika dibandingkan dengan perdesaan sebanyak 37,01%. Prevalensi meningkat seiring dengan pertumbuhan umur. Jumlah estimasi penderita hipertensi berusia kurang lebih 15 tahun, tahun 2021 sebanyak 8.700.512 orang atau sebesar 30,4% dari seluruh penduduk berusia kurang lebih 15 tahun. Dari jumlah tersebut sebanyak 4.431.538 orang atau 50,9% sudah mendapatkan pelayanan kesehatan (Dinkes Jateng, 2021). Kabupaten Karanganyar menjadi urutan ke 3 dari seluruh Provinsi di Indonesia yang paling banyak menderita hipertensi yaitu 37,6%. Prevalensi hipertensi di Kecamatan Karanganyar, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah pada tahun 2023 adalah 9.210 jiwa lansia (Dinkes Karanganyar, 2023).

Upaya untuk mengatasi hipertensi dapat dilakukan dengan terapi non-farmakologi dengan memodifikasi gaya hidup, terapi komplementer seperti *guided imagery* (Bustan, 2023). Terapi *guided imagery* (imajinasi terbimbing) merupakan teknik relaksasi yang menggunakan imajinasi seseorang dengan cara yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek tertentu. Dalam teknik ini, otak diaktifkan melalui imajinasi, yang dapat berdampak langsung pada sistem saraf, endokrin, neuromodulator, dan endorfin. Dengan demikian, teknik ini mampu menurunkan frekuensi denyut jantung, sehingga output jantung menjadi normal (Sumiati, 2023).

Beberapa penelitian menyatakan bahwa terapi *guided imagery* efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Bustan (2023) menjelaskan bahwa ada pengaruh tekanan darah sebelum dan setelah pemberian terapi *guided imagery*. Sebelum diberikan terapi imajinasi terpimpin, nilai sistole adalah 156 mmHg dan diastole adalah 90 mmHg. Setelah diberikan terapi imajinasi terpimpin nilai sistole adalah 152 mmHg dan diastole adalah 88 mmHg. Sejalan dengan penelitian Trisna Aji (2022) yaitu tekanan darah pada pasien hipertensi sebelum dilakukan terapi *guided imagery* menunjukkan tekanan darah sistolik 170 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 110 mmHg, sesudah diberikan terapi *guided imagery* menunjukkan tekanan sistolik 160 mmHg dan tekanan diastolik sebesar 100 mmHg. Sejalan dengan penelitian dari Asfar (2022) terapi *guided imagery* efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Sebelum dilakukan terapi *guided imagery*, nilai sistolik 169 mmHg dan nilai diastolik 120 mmHg. Setelah dilakukan terapi *guided imagery*, nilai sistolik 165 mmHg dan nilai diastolik 100 mmHg.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Bangsal Cempaka 3 RSUD Kartini Karanganyar pada hari Senin, 30 Desember 2024 didapatkan hasil yaitu terdapat pasien hipertensi yang dirawat setiap bulannya, total pasien selama 2 bulan terakhir yaitu sebanyak 37 pasien dan mayoritas adalah lansia. Bulan November sebanyak 17 pasien, dan bulan Desember

sebanyak 20 pasien. Menurut hasil wawancara dengan Kepala Ruang Bangsal Cempaka 3 belum ada penerapan terapi non farmakologi terapi *guided imagery*. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk memberikan terapi *guided imagery* terhadap penderita hipertensi di Bangsal Cempaka 3 RSUD Kartini Karanganyar.

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dari Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah “Bagaimana Penerapan Terapi *Guided Imagery* Terhadap Penderita Hipertensi di RSUD Kartini Karanganyar?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hasil implementasi penerapan terapi *guided imagery* terhadap penderita hipertensi di RSUD Kartini Karanganyar.

2. Tujuan Khusus

a. Mendeskripsikan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dilakukan penerapan terapi *guided imagery* di RSUD Kabupaten Karanganyar.

b. Mendeksripsikan tekanan darah pada penderita hipertensi sesudah dilakukan penerapan terapi *guided imagery* di RSUD Kabupaten Karanganyar.

c. Mendeskripsikan perkembangan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi *guided imagery* di RSUD Kabupaten Karanganyar.

d. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Diharapkan penerapan terapi *guided imagery* dapat dilakukan secara mandiri dan bermanfaat untuk membantu menurunkan tekanan darah. dapat dilakukan secara mandiri dan bermanfaat untuk membantu menurunkan tekanan darah.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Masyarakat

Membudayakan pengelolaan pasien dengan masalah hipertensi dengan melakukan terapi *guided imagery* secara mandiri

b. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan :

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

c. Bagi Penulis

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