

## BAB I

### PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan 140 mmHg dan diastolik lebih dari sama dengan 90 mmHg setelah dua kali pengukuran terpisah (Nuraini, 2015). Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling umum dan banyak diderita oleh masyarakat. Data *World Health Organization* (WHO) (2015) menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia mengalami hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi pada tahun 2025 diperkirakan akan meningkat sebanyak 1,5 miliar orang, dan diperkirakan sebanyak 9,4 juta orang meninggal dunia akibat hipertensi dan komplikasinya. *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) (2017) menyatakan tentang faktor risiko penyebab kematian prematur dan disabilitas di dunia berdasarkan angka *Disability Adjusted Life Years* (DALYs) untuk semua usia. Berdasarkan *Disability Adjusted Life Years*, tiga faktor tertinggi pada laki-laki yaitu merokok, peningkatan tekanan darah sistolik dan peningkatan kadar gula. Sedangkan faktor risiko pada wanita yaitu peningkatan tekanan darah sistolik peningkatan kadar gula dan IMT tinggi. Hipertensi disebut juga dengan *the silent killer* karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya memiliki hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi (Kemenkes, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 di Indonesia prevalensi hasil pengukuran tekanan darah pada penderita hipertensi terjadi peningkatan yaitu dari 25,8% menjadi 34,1%. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2019) memaparkan bahwa hipertensi menempati urutan pertama pada proporsi PTM (Penyakit Tidak Menular) dengan presentase sebesar 64,83% dari 1.593.931 kasus yang dilaporkan. Hasil tersebut juga terlihat dari data prevalensi penderita hipertensi di Provinsi Jawa Tengah juga mengalami peningkatan dari 26,4% menjadi 34,6%. Bila dihitung berdasar jumlah penduduknya, prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Tengah masih

terbilang tinggi (Kemenkes, 2019). Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi penderita hipertensi di Kabupaten Boyolali berdasarkan pemeriksaan dokter adalah sebesar 36.63%. Ini berarti bahwa jumlah perkiraan penderita hipertensi di Kabupaten Boyolali sebesar 288.180 orang (Dinkes Boyolali, 2018). Boyolali memiliki 26 pelayanan kesehatan termasuk Puskesmas dan klinik yang juga menangani kasus hipertensi. Dengan pemantauan dari Dinas Kesehatan Boyolali didapati data sebanyak 3.174 kasus hipertensi di Puskesmas Wonosegoro. Hipertensi merupakan penyakit degeneratif kronis yang tidak bisa disembuhkan, namun bisa memodifikasi faktor risikonya.

Menurut WHO (2017) menyatakan bahwa depresi dan kecemasan merupakan gangguan jiwa yang prevalensinya paling tinggi. Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Kekhawatiran akan timbulnya suatu masalah-masalah baru yang terjadi pada klien hipertensi akan menyebabkan gangguan mental emosional atau perasaan yang sering kita jumpai salah satunya adalah kecemasan. Perasaan itu muncul akibat ketakutan dan kurangnya pengetahuan seseorang tentang apa yang dialaminya.

Pasien hipertensi yang mengalami kecemasan akan mengalami peningkatan tekanan darah, akibat dari adanya peningkatan adrenalin. Kondisi ini dapat membahayakan bagi pasien hipertensi. Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Setyawan, Annas Budi (2017) tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian hipertensi didapati data terdapat jumlah total 82 responden dengan mayoritas kecemasan responden berada pada tingkat kecemasan ringan dengan jumlah 32 orang (39%) sedangkan pada ansietas sedang sebanyak 21 orang (25.6%) dan hampir setengahnya responden dengan kecemasan berat sebanyak 29 orang (35.4%). dan hipertensi hampir setengah dari responden menderita hipertensi berat sebanyak 33 orang (40.2%). Hasil analisa bivariat dari penelitian tersebut didapatkan nilai dengan  $p=0,000$  yang berarti semakin tinggi tingkat kecemasan, kejadian hipertensi pada lansia akan tinggi. Penelitian Lumi, Femmy *et al* (2018) juga menyebutkan hasil tabulasi silang antara variabel derajat penyakit hipertensi dan tingkat kecemasan pada

kelompok lanjut usia dari 67 responden, ternyata dari 24 lanjut usia dengan hipertensi ringan terdapat 17 (70,8%) lanjut usia dengan tingkat kecemasan ringan 7 (29,2%) lanjut usia dengan tingkat kecemasan sedang. Dari 19 lanjut usia dengan hipertensi sedang terdapat 4 (21,1%) lanjut usia dengan tingkat kecemasan ringan, 14 (73,7%) lanjut usia dengan tingkat kecemasan sedang dan 1 (5,3%) lanjut usia dengan tingkat kecemasan berat. Dari 24 lanjut usia dengan hipertensi berat terdapat 9 (37,5%) lanjut usia dengan tingkat kecemasan sedang dan 15 (62,5%) lanjut usia dengan tingkat kecemasan berat. Dari hasil uji pearson Chi-square didapat nilai  $\chi^2 = 48,719$  dengan  $p$  (asmp.sig) = 0,000 < 0,05 berarti bermakna, Jadi  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara penyakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lanjut usia. Oleh karena itu, pasien hipertensi yang mengalami kecemasan memerlukan penanganan yang baik dalam menurunkan kecemasannya (Jum'maini, 2019).

Tindakan keperawatan untuk mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi yaitu dengan terapi farmakologis dan terapi *non* farmakologis. Terapi farmakologis adalah dengan pemberian obat-obatan. Terapi *non* farmakologis untuk mengatasi ansietas pada klien hipertensi ada banyak, salah satunya adalah terapi hipnosis lima jari. Hipnoterapi merupakan terapi generalis keperawatan di mana pasien melakukan hipnotis diri sendiri dengan cara pasien memikirkan pengalaman yang menyenangkan. Dengan demikian diharapkan tingkat kecemasan pasien akan menurun. Hipnosis lima jari adalah teknik terapi yang dapat mempengaruhi pikiran seseorang, sehingga dapat mengurangi kecemasan, ketegangan dan stress seseorang dengan cara menyentuhkan salah satu jari tangan pada jari tangan yang lain.

Penelitian yang dilakukan Syukri (2017), menjelaskan dalam penelitiannya menggunakan metode kuantitatif menggunakan desain "*Quasi experimental pre-post test without control*" dengan intervensi terapi hipnosis lima jari yang terdiri dari tiga fase orientasi, kerja dan terminasi yang dilakukan selama 10 menit pada setiap sesi penelitiannya. Sebelumnya penderita hipertensi dengan ansietas berat lebih banyak dialami responden yakni sebesar 60,6% responden, setelah diberikan terapi hipnosis

lima jari, ansietas berat hanya dialami oleh 12,1% responden, mayoritas responden yang mengalami ansietas ringan yakni sebesar 51,6%. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi hipnosis lima jari efektif dalam menurunkan ansietas dan tekanan darah (derajat hipertensi).

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Banon *et al.* (2014), dengan menggunakan desain "*Quasi experimental pre-post test with control group*". Analisa data penelitian yang dilakukan didapati penurunan tingkat ansietas yang terjadi setelah dilakukan terapi hipnosis lima jari menunjukkan penurunan yang signifikan. Skala ansietas sesudah dilakukan terapi hipnosis lima jari didapati data pada kelompok kontrol sebanyak 14 (43,7%) responden dengan ansietas ringan, dan 18 (56,3%) responden dengan ansietas sedang. Sedangkan pada kelompok intervensi didapati 23 (71,9%) responden dengan ansietas ringan, dan 9 (28,1%) responden dengan ansietas sedang. Hal ini dapat diartikan bahwa pemberian terapi hipnosis lima jari dapat menurunkan tingkat ansietas pasien hipertensi dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapat terapi tersebut.

Menurut Saswati, *et al.* (2018) menyatakan hasil analisa data dari penelitiannya terdapat penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnosis lima jari dengan kategori hipertensi *stage II* sebanyak 58,3% dari semula kategori hipertensi tinggi dengan persentase 73,3%. Terjadi penurunan ansietas dari ansietas berat semula sebanyak 68,9% menjadi ansietas ringan sebanyak 78,8%. Hal ini menunjukkan terapi hipnosis lima jari efektif dalam menurunkan tingkat ansietas pasien.

Dari permasalahan yang ada penulis merancang solusi untuk mengurangi ansietas pada klien hipertensi dengan menerapkan hipnosis lima jari. Metode tersebut dapat disosialisasikan dan diedukasikan ke masyarakat dengan media luaran video. Alasan penulis memilih media luaran video karena dengan media tersebut terdapat gambar, suara dan gerakan bagaimana prosedur terapi hipnosis lima jari dapat mengurangi ansietas dilakukan. Hal tersebut tentunya akan mempermudah masyarakat dalam memahami setiap prosedur dalam terapi hipnosis lima jari. Tujuan penulis

membuat media edukasi berjudul penerapan terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi dengan media video adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang terapi hipnosis lima jari sebagai upaya untuk menurunkan tingkat ansietas pada masyarakat khususnya pada penderita hipertensi. Manfaat bagi penulis adalah dapat menambah ilmu pengetahuan serta memperoleh pengalaman dalam melaksanakan terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas klien hipertensi. Manfaat media edukasi tersebut bagi masyarakat adalah dapat meningkatkan pengetahuan tentang terapi hipnosis lima jari sehingga memotivasi masyarakat agar mampu mempraktikkan terapi hipnosis lima jari untuk mengurangi ansietas khususnya pada penderita hipertensi. Manfaat bagi institusi adalah dapat menambah referensi bagi seluruh civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta tentang pengembangan penggunaan terapi hipnosis lima jari terhadap ansietas pada klien hipertensi.