

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Hipertensi adalah tekanan darah 140/90 atau lebih tinggi, berdasarkan dua atau lebih pengukuran. Komplikasi tekanan darah tinggi, jika tidak diobati, mempengaruhi sistem kardiovaskular, saraf, dan ginjal. Aterosklerosis adalah proses yang meningkatkan risiko penyakit jantung koroner dan stroke. Peningkatan beban kerja ventrikel kiri dapat menyebabkan hipertrofi ventrikel, yang pada gilirannya meningkatkan risiko penyakit jantung koroner dan gagal jantung. Sebagian besar kematian akibat hipertensi disebabkan oleh penyakit jantung. Hipertensi adalah penyebab utama penyakit jantung, dan kedua penyakit ini sangat erat hubungannya. Tujuan manajemen medis hipertensi adalah untuk mencegah kematian dan komplikasi dengan mempertahankan tekanan darah arteri pada atau di bawah 140/90 mmHg. Pendekatan nonfarmakologis untuk mengelola hipertensi termasuk penurunan berat badan, pembatasan alkohol, diet *DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension)* yang tinggi buah-buahan, sayuran, dan produk susu rendah lemak, olahraga teratur, dan teknik relaksasi (Wulandari *et al.*, 2023).

Hipertensi menurut WHO adalah penyakit yang menyebabkan kecacatan dan kematian di seluruh dunia. Tipe karakter merupakan salah satu variabel penyebab hipertensi. Penemuan dini jenis-jenis karakter diharapkan dapat menurunkan pervasifitas hipertensi. Informasi WHO mencatat bahwa pervasif hipertensi di negara-negara non industri termasuk Indonesia mencapai 65,74% atau mencapai 65 juta korban (Rina, Fitria and Hendrawati, 2021).

Prevalensi hipertensi di Indonesia menurut informasi dari Survei Kesejahteraan Dasar (Riskesdas) cukup tinggi yaitu sebesar 25,8%. Sementara itu, informasi dari Gambaran Umum Penanda Kesejahteraan Masyarakat (Sirkesnas) 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi sebesar 32,4%. Informasi ini menunjukkan adanya kontras dominasi di setiap wilayah Indonesia. Perbedaan ini diyakini karena beberapa variabel termasuk ilmu pengetahuan manusia, masalah keuangan, budaya, individu, pelatihan, dan penelitian otak, selain itu ada beberapa

faktor lain yang juga berdampak seperti gaya hidup yang tidak diinginkan dan kebiasaan merokok. Selain itu kontrol hipertensi belum memuaskan meskipun pengobatan berhasil (Faisal *et al.*, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSUD dr. Soediran Mngun Sumarso, menunjukkan bahwa sebanyak 368 seluruh pasien hipertensi yang dirawat inap di bangsal RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso, dan sebanyak 99 pasien hipertensi yang dirawat di IGD tercatat pada tahun 2025. Hasil studi pendahuuan juga didapatkan bahwa sebelumnya sudah dilakukan terapi autogenic namun belum disertai dengan *guide imagery* dalam menurunkan nyeri pada pasien Hipertensi.

Menurut WHO pada tahun 2021 Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah kondisi medis kronis di mana tekanan darah pada dinding arteri meningkat. Kondisi ini sering dijuluki “silent killer” karena tidak menunjukkan gejala yang jelas, tetapi dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal.

Pemahaman yang mendalam tentang nyeri penting untuk diagnosis dan pengelolaan yang efektif. Nyeri dapat memengaruhi kualitas hidup seseorang, mengganggu aktivitas sehari-hari, dan berkontribusi pada masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi. Oleh karena itu, penanganan nyeri yang tepat sangat penting dalam praktik medis (Hartinah and Prabandari, 2021).

Hipertensi sering disebut sebagai penyakit yang tenang karena secara umum pasien tidak dapat memastikan apakah mereka memiliki hipertensi sebelum memeriksa tekanan darah mereka. Hipertensi dapat dikelompokkan menjadi hipertensi esensial dan hipertensi opsional. Hipertensi esensial adalah hipertensi yang dampaknya belum diketahui secara pasti. Faktor pertaruhan yang terjadi pada hipertensi esensial meliputi usia, orientasi, latar belakang penyakit keluarga, merokok, kualitas keturunan (Amalia and Sjarqiah, 2022). Hipertensi opsional adalah hipertensi yang diketahui penyebabnya, khususnya masalah hormonal, penyakit jantung, diabetes, ginjal. Pengobatan nonfarmakologis terdiri dari pemberian obat-obatan yang bersifat diuretik, bijaksana, beta blocker, dan vasodilator yang memiliki gejala penurunan hasil kardiovaskular. Sedangkan pengobatan nonfarmakologis adalah pengobatan yang mencakup penurunan berat

badan, aktivitas normal, pola makan rendah garam dan lemak, serta berolahraga, melepas lelah seperti guide imagery dan terapu autogenik (Handono and Saputri, 2021)

Relaksasi adalah sensasi bebas secara intelektual dan tulus dari tekanan atau stres yang memahami perintah atas diri mereka sendiri. Perubahan fisiologis dan sosial yang terkait dengan relaksasi otot, denyut nadi berkurang, tekanan peredaran darah dan frekuensi pernapasan, diperluas kesadaran di seluruh dunia, penurunan minat oksigen, sensasi harmoni, dan penurunan tekanan otot. Salah satu relaksasi yang dapat dilakukan untuk mengurangi denyut nadi adalah pelepasan simbolisme terarah. Guide imagery adalah pelepasan yang melibatkan pikiran kreatif seseorang dengan cara yang secara eksplisit dimaksudkan untuk mencapai hasil yang bermanfaat yang membuat tubuh menjadi longgar dan menyenangkan. Motivasi di balik pelaksanaan simbolisme terarah ini adalah untuk membantu mengatasi rasa sakit dan mengurangi ketegangan peredaran darah pada pasien dengan hipertensi (Firmada, Kristianti and Husain, 2021).

*Guide imagery* adalah relaksasi bertujuan untuk mengurangi stress dan meningkatkan perasaan tenang dan damai serta merupakan metode penenang untuk situasi yang sulit dalam kehidupan. Guide imagery therapy merupakan sebuah teknik pikiran tubuh tradisional yang dianggap sebagai suatu bentuk hipnotis yang dipandu melalui konsentrasi dan imajinasi pikiran. Guide Imagery menghasilkan hormone endorphin adalah neurohormon yang berhubungan dengan sensasi yang menyenangkan. Endorphin akan meningkat didalam darah saat seseorang mampu dalam keadaan relaks atau tenang sehingga dapat menurunkan tekanan darah, pernafasan dan denyut jantung (Saolistiani, 2024).

*Guide imagery* membuat pikiran kreatif yang rileks dan positif menolak tindakan bijaksana dengan tujuan mengendurkan otot polos vena dan menyebabkan penurunan denyut nadi. Ketika seseorang bersantai dan memiliki pikiran kreatif yang positif, itu merangsang otak untuk mengeluarkan serotonin kimia dan endorfin. Bahan kimia serotonin akan mempengaruhi peningkatan refleks baroreseptor dan endorfin juga akan mempengaruhi temperamen, refleks reseptor adalah salah satu pengatur sistem sensorik untuk denyut nadi, yang ditemukan

secara eksplisit di dinding beberapa jalur suplai fundamental yang sangat besar (Nurmustofa *et al.*, 2022)

Relaksasi autogenik merupakan teknik relaksasi yang komprehensif. Autogenik mempunyai arti regulasi tersendiri dan merupakan salah satu teknik relaksasi berdasarkan konsentrasi pasif menggunakan persepsi tubuh (misalnya tangan yang berat dan hangat) difasilitasi oleh sugesti diri. Prosedur relaksasi pasif dikembangkan dengan melatih individu untuk menguasai munculnya emosi yang bersemangat, sehingga pasien tidak lagi bergantung pada terapisnya tetapi pasien dapat melakukan perubahan pada dirinya. Relaksasi autogenik dilakukan secara sadar dan bersumber dari diri sendiri yang dapat mengurangi ketegangan stres otot (Cempaka and Lilyana, 2023)

Prosedur relaksasi adalah suatu bentuk penanganan dengan menyambut dan membawa klien untuk beristirahat atau bersantai, dengan anggapan bahwa mengistirahatkan otot dapat membantu mengurangi tekanan mental. Saat tubuh dalam keadaan santai, saraf parasimpatis bekerja untuk meredam saraf yang berpikir saat gelisah. Symbolisme terarah adalah metode yang secara santai dapat mempengaruhi kliennya (Sonhaji, Sawitry and Siahaya, 2021).

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang di atas, maka peneliti dapat merumuskan masalah penelitian “Bagaimanakah pengaruh *guide imagery* dan terapi autogenik terhadap nyeri pada pasien hipertensi di IGD RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri?”

## **C. TUJUAN**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah Pengaruh *guide imagery* dan terapi autogenik terhadap nyeri pada pasien hipertensi di IGD RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah sebelum diberikan terapi *guide imagery* dan terapi autogenik pada pasien hipertensi
- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran tekanan darah setelah diberikan terapi *guide imagery* dan terapi autogenik pada pasien hipertensi
- c. Mendeskripsikan hasil perkembangan tekanan darah sebelum dan setelah diberikan terapi *guide imagery* dan terapi autogenik pada pasien hipertensi
- d. Mendeskripsikan hasil perbandingan pengukuran tekanan darah setelah diberikan terapi *guide imagery* dan terapi autogenik pada pasien hipertensi

## D. MANFAAT

### 1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan menjadi referensi khususnya berkaitan dengan pasien Hipertensi yang diobservasi di ruang IGD

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan sumber pustaka bagi mahasiswa/mahasiswi khususnya mahasiswa/ mahasiswi Universitas 'Aisyiyah Surakarta tentang Pengaruh *guide imagery* dan terapi autogenik terhadap nyeri pada pasien hipertensi di IGD RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Kabupaten Wonogiri

#### b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai tambahan referensi dalam penatalaksanaan pada pasien Hipertensi dengan tekanan darah tinggi yang diobservasi di ruang IGD.

#### c. Bagi Responden/Masyarakat

Dapat memberikan manfaat kepada keluarga untuk menambah informasi dan sebagai bahan masukan dalam memberikan implementasi terapi *guide imagery* dan terapi autogenik terhadap nyeri dalam menurunkan tekanan darah pada pasien Hipertensi.