

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang merupakan masalah di Indonesia. Hipertensi adalah suatu keadaan yang dialami oleh seseorang terhadap peningkatan tekanan darah di atas normal. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan sebutan “*silent killer*” atau pembunuh diam-diam sehingga pengobatannya sering kali terlambat. Berdasarkan standar dari *World Health Organization* (WHO 2023), seseorang dianggap menderita hipertensi jika tekanan sistoliknya mencapai atau melebihi 140 mmHg, atau tekanan diastoliknya mencapai atau melebihi 90 mmHg. Pasien yang sudah mengalami hipertensi dan menjalani pengobatan akan mengalami perubahan psikologis salah satunya ialah ansietas. Ansietas yang dialami pasien hipertensi dimanifestasikan secara langsung melalui perubahan fisiologis seperti gemeteran (tremor) berkeringat, detak jantung meningkat, nyeri abdomen, sesak nafas dan perubahan perilaku seperti gelisah atau kebingungan, bicara cepat, reaksi terkejut (Avelina dan Natalia 2020)

Secara global *World Health Organization* (WHO) memperkirakan prevalensi hipertensi mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang (WHO 2023). Jumlah penyandang hipertensi akan terus bertambah seiring waktu dan diperkirakan jumlahnya akan mencapai 1,5 miliar penduduk dunia pada tahun 2025. (WHO 2023)

Di Indonesia, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dan studi kohor penyakit tidak menular (PTM) 2011-2021, hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan persentase 10,2%. Data SKI 2023 menunjukkan bahwa 59,1% penyebab disabilitas (melihat, mendengar, berjalan) pada penduduk berusia 15 tahun ke atas adalah penyakit yang didapat, di mana 53,5% penyakit tersebut adalah PTM, terutama hipertensi (22,2%). Sedangkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2023) Untuk jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.702.478 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2%. Dari jumlah tersebut, penderita Hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 73,8% atau 8.632.039 penduduk. Dibandingkan tahun 2022 ada peningkatan sebesar 12,2% pada penderita hipertensi Menurut Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo pada tahun 2023, Dari hasil pengukuran tekanan darah penduduk yang berusia ≥ 15 tahun pada tahun 2023 di Kabupaten Ponorogo penderita hipertensi sebanyak 291.738 penduduk dengan 144.980 laki-laki dan 146.758 perempuan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023). Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo pada tahun 2023, Balong termasuk kecamatan dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu sebanyak 14,478 penduduk dengan proporsi 7,018 laki-laki dan 7,460 perempuan di Provinsi Jawa Timur.

Beberapa faktor yang menjadi pemicu terjadinya penyakit hipertensi berasal dari faktor internal yaitu usia, riwayat penyakit hipertensi pada keluarga, dan jenis kelamin. Sedangkan faktor eksternal yaitu merokok, konsumsi garam berlebih, berat badan berlebih (obesitas), diet rendah serat, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol, dislipidemia, dan stress dan ansietas (Kemenkes RI, 2024). Ansietas merupakan salah satu faktor risiko peningkatan hipertensi dimana seseorang beresiko empat kali menderita hipertensi. Ansietas atau kecemasan merupakan sekelompok gangguan yang ditandai dengan perasaan cemas yang tinggi, ketidaknyamanan yang ekstrim dan stress (Asil, 2020)

Ansietas yang terjadi pada pasien hipertensi akan menimbulkan adanya gangguan fungsional jantung dan beresiko mengalami penyakit jantung koroner. Kondisi ini dipacu dari ansietas yang berpengaruh pada stimulasi sistem saraf simpatis yang dapat meningkatkan frekuensi tekanan darah, curah jantung dan tahanan vaskular perifer dan memacu jantung untuk bekerja lebih cepat dan kuat sehingga terjadi peningkatan tekanan darah. Saat pasien merasa cemas, otak secara otomatis akan menstimulasi peningkatan kadar adrenalin dan respons adrenal. Kadar adrenalin yang meningkat akan berakibat pada peningkatan denyut jantung, keringat berlebih, sesak nafas hingga peningkatan tekanan darah. Kondisi ini jika terjadi secara terus menerus akan mengakibatkan kerusakan sistem organ dan memunculkan penyakit lain seperti jantung dan stroke (Tobing dan Wulandari, 2021)

Dalam penelitian Febriyanti et al., (2021) menyatakan bahwa pengelolaan ansietas pada pasien hipertensi dapat dilakukan dengan menggunakan terapi nonfarmakologis yang dinilai tidak memiliki efek samping namun sangat berdampak pada penderita hipertensi untuk menjaga tekanan darahnya. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan adalah teknik relaksasi benson dan hipnosis lima jari, yang memiliki kemampuan untuk mengurangi kecemasan bagi klien. Terapi relaksasi Benson dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistole pada penderita hipertensi (Yusri et al., 2021). Relaksasi benson merupakan terapi religius yang melibatkan faktor keyakinan agama, Relaksasi benson dapat mengurangi kecemasan, mengurangi sakit kepala, nyeri punggung, hipertensi gangguan tidur dan mengurangi stress. (Febriyanti et al., 2021).

Dalam jurnal Anisafitri, Nur, & Hidayati, (2020) pengaruh pelaksanaan terapi hipnosis lima jari mampu menurunkan kecemasan secara signifikan dari kecemasan berat menjadi sedang dan sedang menjadi ringan. Hipnosis lima jari adalah sebuah teknik pengalihan pemikiran seseorang dengan cara menyentuh pada jari-jari tangan sambil membayangkan hal-hal yang menyenangkan atau yang disukai (Halim and Khayati 2020)

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas penulis tertarik untuk membuat penelitian kasus karya tulis ilmiah tentang Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Ansietas menggunakan Terapi Relaksasi Benson dan Terapi Hipnosis Lima Jari.

1.2 Batasan Masalah

Penulisan Proposal ini membatasi permasalahan dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan Ansietas”

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Ansietas di Wilayah Kerja Puskesmas ?

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan Umum

Melaksanakan dan menganalisa Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di Wilayah Kerja Puskesmas.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Melakukan dan menganalisis pengkajian pada pasien hipertensi dengan masalah ansietas di wilayah kerja Puskesmas Balong
- b. Menetapkan diagnosis dan analisis pada pasien hipertensi dengan masalah ansietas di wilayah kerja Puskesmas Balong
- c. Menyusun intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah ansietas di wilayah kerja Puskesmas Balong
- d. Melakukan tindakan keperawatan/implementasi dan analisis pada pasien hipertensi dengan masalah ansietas di wilayah kerja Puskesmas Balong
- e. Melakukakan evaluasi dan analisis pada pasien hipertensi dengan masalah ansietas di wilayah kerja Puskesmas Balong.

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Digunakan untuk mengembangkan dan meningkatkan ilmu keperawatan tentang asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan masalah Ansietas.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Hasil penelitian dapat menjadi sumber informasi dan inovasi bagi pasien penderita Hipertensi dalam mengatasi masalah secara non-farmakologi atau tanpa menggunakan obat-obatan dan dapat diterapkan secara mandiri di rumah

b. Bagi Puskesmas

Bermanfaat dan dapat digunakan untuk meningkatkan kualitas praktik keperawatan dan edukasi kepada masyarakat sebagai upaya promotive, preventif, kuratif, dan rehabilitative dalam mengatasi masalah Ansietas yang dialami oleh pasien penderita Hipertensi

c. Bagi Institusi

Penelitian ini bisa menjadi masukan dan sebagai sumber informasi untuk peneliti selanjutnya dalam merencanakan strategi pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan ansietas

d. Bagi Penulis

Penulisan karya ilmiah ini semakin menambah pengetahuan penulis mengenai berbagai macam modifikasi dalam memberikan

asuhan keperawatan dan tindakan secara non-farmakologi kepada pasien kelolaan

e. Perawat

Dapat dijadikan masukan dan informasi atau pedoman untuk perawat lainnya bahwa tindakan secara non farmakologi seperti teknik relaksasi benson dan hipnosis 5 jari merupakan salah satu intervensi asuhan keperawatan yang dapat mempengaruhi tekanan darah pada pasien hipertensi