

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Penyakit ini sudah menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat di negara maju maupun di negara berkembang (Audhia et al.,2020).

Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara dari 1/3 populasinya (Saswanti & Riski,2023). Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari Rekam Medis di RSUD Muhammadiyah Ponorogo di ruang Darwis didapatkan data sebanyak 45 orang jumlah pasien Hipertensi tahun 2024 dari bulan Januari sampai Desember.

Cemas merupakan suatu perasaan yang muncul saat seseorang berada dalam keadaan yang dapat mengancam keadaan jiwa. Takut dan cemas sebagai emosi yang dirasakan oleh pasien di sarana kesehatan. Kecemasan muncul secara samar tanpa penyebab yang jelas dan dapat membuat seseorang merasa tidak nyaman terhadap keadaan lingkungan sekitarnya. Kecemasan juga dapat menjadi sinyal kepada seseorang untuk mempersiapkan dirinya dalam menghadapi suatu keadaan. Kecemasan ditandai dengan adanya perasaan tegang, khawatir dan ketakutan, serta dapat terjadi perubahan fisiologis.

Penderita hipertensi yang mengalami ansietas akan memperlihatkan

gejala somatis (timbul gejala pada tubuh) dan rasa gugup atau ketakutan. Gejala somatis yang dapat muncul pada ansietas seperti, kepala terasa pusing atau ringan, diare, berkeringat, kesulitan bernapas, mual dan muntah, hipertensi, palpitasi atau berdebar-debar, pupil melebar atau midriasis, gelisah, tidak bisa diam, tremor atau gemetaran, pingsan, gangguan buang air kecil. Ansietas tidak hanya menyebabkan gejala-gejala diatas, namun juga mempengaruhi proses berpikir, persepsi, dan proses belajar. Ansietas juga dapat menyebabkan gangguan orientasi tempat, waktu, orang atau kejadian, sehingga terlihat seperti orang kebingungan (*confusion*). Gangguan proses belajar yang terjadi meliputi penurunan konsentrasi, dan pengulangan. Psikoterapi relaksasi yang dapat digunakan pasien hipertensi adalah *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) dan terapi hipnotis lima jari. PMR merupakan gerakan mengencangkan dan melemaskan otot-otot pada bagian tubuh. Sedangkan hipnosis 5 jari merupakan terapi generalis keperawatan di mana klien melakukan hipnotis diri sendiri dengan cara klien memikirkan pengalaman yang menyenangkan dengan media lima jari (Andriana,2021).

Upaya penanganan yang dapat dilakukan untuk menangani pasien yang mengalami kecemasan pada hipertensi adalah dengan menggunakan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi hipnosis lima jari merupakan terapi komplementer yang dapat digunakan untuk mengurangi kecemasan seseorang, serta merupakan salah satu terapi yang mudah diterapkan, murah, dan dapat dilakukan dimanapun dengan keunggulan mudah memberikan ketenangan serta merilekskan. Teknik hipnosis lima jari

merupakan suatu bentuk pengalihan situasi self Hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi, sehingga akan mengurangi kecemasan, ketegangan, dan stres dari pikiran seseorang yang dapat berpengaruh pada pernafasan, denyut jantung, denyut nadi, tekanan darah, mengurangi ketegangan otot, memperkuat ingatan pengeluaran hormone yang dapat memicu timbulnya kecemasan, dan mengatur hormone yang berkaitan dengan stress (Pratama et al., 2022). Terapi hipnosis 5 jari sendiri dapat diterapi dengan menggunakan 5 jari tangan, klien dibantu untuk mengubah persepsi ansietas, stres, tegang dan takut dengan menerima saran- saran diambang bawah sadar atau dalam keadaan rileks dengan menggerakkan jari-jarinya sesuai perintah masing-masing dilakukan selama 10-15 menit, dengan 1-2 kali sehari dilakukan dalam 5 hari berturut-turut dengan kategori ansietas yang bersifat ringan. Perawat yang berperan sebagai pelaksana atau pemberi asuhan keperawatan, sekaligus menjalankan peran kepemimpinannya agar dapat mempengaruhi perubahan perilaku klien, menerima atau memberikan konsultasi tim perawat dan tim kesehatan lain untuk memenuhi kebutuhan klien. Perawat juga dapat memberikan intervensi untuk membantu menurunkan ansietas klien.

Selain intervensi farmakologis, intervensi yang dapat dilakukan untuk menurunkan ansietas klien, yang salah satunya adalah intervensi hipnosis lima jari. Hipnoterapi lima jari merupakan metode terapi yang menggunakan lima jari untuk membantu klien mengubah persepsi mereka tentang kecemasan, stres, ketegangan, dan ketakutan. Hal ini dilakukan dengan memberikan perintah melalui ambang alam bawah sadar atau

keadaan santai. Teknik hipnosis lima jari sedikit lebih kompleks, namun masih dapat dilakukan secara mandiri (Mawarti & Yuliana, 2021). Manfaat dari terapi hipnosis lima jari antara lain, memberikan ketenangan batin bagi individu, mengurangi rasa cemas, khawatir dan gelisah, mengurangi ketegangan, mengurangi tekanan darah, detak jantung jadi lebih rendah dan tidur menjadi nyenyak.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengaplikasikan tentang “Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Cemas Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Ansietas di RSUD Muhammadiyah Ponorogo”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimanakah Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Cemas Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Ansietas di RSUD Muhammadiyah Ponorogo Di Ruang Darwis?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa penerapan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan cemas pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi untuk menurunkan cemas dengan masalah keperawatan ansietas
2. Merumuskan diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi
3. Merencanakan intervensi keperawatan dengan terapi hypnosis lima jari untuk menurunkan cemas pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas
4. Melakukan implemerntasi keperawatan terapi hypnosis lima jari untuk menurunkan cemas pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas
5. Melakukan evaluasi implementasi keperawatan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan cemas pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas
6. Melakukan dokumentasi keperawatan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan cemas pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menjadi wawasan yang bisa digunakan untuk mengetahui studi literature dengan judul “Penerapan Terapi Hipnosis Lima Jari Untuk Menurunkan Cemas Pada Pasien Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas” sebagai wacana yang dapat digunakan untuk study literature

berikutnya di bidang kesehatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien

Dapat mengimplementasikan pelayanan kesehatan berupa asuhan keperawatan yang tepat dan benar agar meningkatkan derajat kesehatan yang baik dan dapat menambah wawasan kesejahteraan bagi pasien.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi serta pengetahuan masyarakat terkait penerapan intervensi keperawatan dengan terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan cemas pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan ansietas.

3. Bagi Peneliti

Untuk memenuhi tugas karya ilmiah akhir profesi ners sebagai permasalahan serupa ataupun penelitian lain dengan penatalaksanaan pada masalah keperawatan ansietas yang ditandai oleh faktor resiko cemas dengan penerapan terapi nonfarmakologis yaitu intervensi melakukan teknik relaksasi (napas dalam, peregangan, atau imajinasi terbimbing) dengan hipnosis lima jari pada pasien hipertensi untuk mengurangi cemas.

4. Bagi Tempat Penelitian

Studi kasus ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan informasi tentang terapi non farmakologis yang dapat yang dapat digunakan oleh perawat dalam rangka meningkatkan mutu pelayanan

Asuhan Keperawatan Penurunan Cemas pada Pasien Hipertensi melalui Terapi Hipnosis Lima Jari dengan masalah Ansietas di RSU Muhammadiyah Ponorogo.

5. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai ilmu keperawatan yang digunakan sebagai referensi landasan dan pedoman dalam melakukan tindakan keperawatan yang efektif dan komprehensif pada pasien hipertensi dalam penurunan cemas dengan masalah keperawatan ansietas.

