

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global. Penyakit ini disebut sebagai *silent killer* karena sering kali tidak menunjukkan gejala, namun dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal jantung, dan penyakit ginjal kronis. Penanganan hipertensi tidak hanya terbatas pada kontrol tekanan darah secara farmakologis, namun juga memerlukan pendekatan holistik, termasuk pengelolaan keluhan fisik seperti nyeri yang kerap menyertai kondisi ini. Salah satu metode yang dapat digunakan dalam penanganan nyeri adalah terapi nonfarmakologis, seperti *Guided Imagery*, yaitu teknik relaksasi dengan membayangkan suasana positif yang dapat meredakan nyeri dan stres (Parizad *et al.*, 2021).

Berdasarkan observasi praktik keperawatan di ruang rawat inap, keluhan seperti nyeri kepala, pusing hebat, dan ketegangan otot sering kali muncul bersamaan dengan lonjakan tekanan darah pada pasien hipertensi. Gejala-gejala ini memperburuk ketidaknyamanan pasien selama menjalani perawatan dan dapat menghambat proses pemulihan. Menurut *American Heart Association* (2023), pasien dengan tekanan darah tinggi berisiko mengalami gejala subjektif seperti sakit kepala berat, nyeri dada, atau ketegangan otot, terutama saat terjadi hipertensi berat atau krisis hipertensi. Hal ini juga diperkuat oleh studi Ndama & Ismunandar (2023) yang menemukan bahwa ketegangan otot dan nyeri kepala merupakan gejala

klinis yang umum terjadi pada pasien hipertensi dengan kecenderungan nyeri sedang hingga berat.

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, lebih dari 1,28 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan sekitar dua pertiganya berasal dari negara berpenghasilan rendah dan menengah. WHO juga mencatat bahwa hanya sekitar 21% penderita hipertensi yang tekanan darahnya berhasil dikontrol secara optimal (WHO, 2023). Di Indonesia, prevalensi hipertensi juga terus meningkat. Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun adalah sebesar 34,1%. Sementara itu, laporan dari Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2023 menyebutkan bahwa hipertensi menjadi penyumbang utama angka kunjungan ke fasilitas kesehatan primer dan sekunder, dengan komplikasi berupa stroke, gagal ginjal, dan gangguan jantung sebagai dampak lanjutannya (Kemenkes RI, 2023). Data dari Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) Kesehatan juga menunjukkan bahwa hipertensi termasuk dalam 10 besar penyakit dengan klaim pembiayaan tertinggi. Di tingkat Provinsi Jawa Timur, Dinas Kesehatan mencatat bahwa hipertensi menjadi diagnosis terbanyak di puskesmas sepanjang tahun 2024, terutama pada kelompok usia di atas 40 tahun. Kabupaten Magetan termasuk dalam lima besar kabupaten dengan kasus hipertensi terbanyak di Jawa Timur berdasarkan data tersebut. Sementara itu, berdasarkan laporan Profil Kesehatan Kabupaten Magetan tahun 2024, hipertensi menempati urutan pertama dalam 10 besar penyakit terbanyak yang ditangani di

Puskesmas Lembeyan, dengan jumlah 215 kasus rawat inap dari total 680 pasien (31,6%) (Dinkes Kab. Magetan, 2025).

Intervensi yang dilakukan selama ini sebagian besar masih terfokus pada pendekatan farmakologis sesuai dengan instruksi medis. Namun dalam praktiknya, keluhan nyeri sering kali bersifat subjektif dan berulang, bahkan setelah pemberian obat. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih holistik dalam asuhan keperawatan melalui penerapan *Guided Imagery* dengan tema “Taman Damai di Pegunungan” pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut, sebagai upaya meningkatkan kenyamanan dan kualitas hidup pasien dengan pendekatan yang lebih komprehensif. Tema ini dipilih karena suasana alam pegunungan yang hijau, sejuk, dan damai dapat dengan mudah divisualisasikan pasien, sehingga menimbulkan rasa tenang, rileks, dan nyaman. Visualisasi lingkungan alami yang menenangkan terbukti mampu menurunkan stres psikologis sekaligus membantu mengurangi respons fisiologis seperti peningkatan denyut jantung dan tekanan darah. Dengan demikian, “Taman Damai di Pegunungan” tidak hanya menjadi pilihan tema yang relevan, tetapi juga memiliki makna terapeutik yang mendukung proses penyembuhan pasien hipertensi.

Guided Imagery sebagai intervensi keperawatan komplementer telah terbukti dalam berbagai penelitian mampu menurunkan persepsi nyeri, memperbaiki kondisi emosional pasien, serta memberikan rasa tenang melalui mekanisme visualisasi terarah (Parizad *et al.*, 2021; Mantiri *et al.*, 2024). Sebuah studi oleh Saline *et al.* (2023) menunjukkan bahwa *Guided*

Imagery secara signifikan menurunkan nyeri dan kecemasan pada pasien. Teknik ini tidak hanya bermanfaat secara fisiologis melalui pengurangan aktivitas sistem saraf simpatis, tetapi juga secara psikologis membantu pasien mengalihkan perhatian dari rasa tidak nyaman. Penelitian Ekawati *et al.* (2022) juga menjelaskan bahwa *Guided Imagery* berbasis *spiritual care* secara signifikan menurunkan tekanan darah dan tingkat stres pasien hipertensi. Dalam konteks pelayanan keperawatan di fasilitas kesehatan tingkat pertama, implementasi *Guided Imagery* dinilai relevan karena mudah dilakukan, hemat biaya, dan dapat diterapkan secara mandiri oleh perawat (Ndama *et al.*, 2023). Tema “Taman Damai di Pegunungan” dipilih karena memiliki nuansa alam yang sejuk, segar, dan menenangkan, sehingga mudah divisualisasikan oleh pasien. Suasana pegunungan yang hijau, udara yang segar, serta bunyi gemericik air atau kicau burung dalam imajinasi dapat membangkitkan rasa rileks, menurunkan ketegangan otot, dan mengurangi beban pikiran. Visualisasi ini memberikan pengalaman multisensoris yang lebih kuat dibandingkan tema lain, karena mampu merangsang pasien seolah-olah benar-benar berada di dalam lingkungan alam yang damai. Dengan begitu, *Guided Imagery* bertema pegunungan dapat menjadi media efektif untuk menurunkan stres dan mempercepat pengalihan perhatian dari nyeri yang dirasakan.

Pasien hipertensi sering kali mengalami keluhan nyeri seperti sakit kepala, pusing hebat, dan ketegangan otot yang muncul bersamaan dengan lonjakan tekanan darah, meskipun telah diberikan terapi farmakologis seperti antihipertensi dan analgesik. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan

medis semata belum sepenuhnya mampu mengatasi aspek subjektif nyeri yang bersifat multifaktor. Beberapa studi menunjukkan bahwa persepsi nyeri pada pasien hipertensi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti stres dan kecemasan, yang apabila tidak ditangani dapat memperburuk gejala fisik (Setyani *et al.*, 2022). Dalam konteks ini, terapi nonfarmakologis seperti *Guided Imagery* dengan tema “Taman Damai di Pegunungan” menjadi relevan sebagai intervensi pelengkap yang mampu menurunkan intensitas nyeri melalui mekanisme relaksasi dan pengalihan kognitif. Marlina (2022) menegaskan bahwa *Guided Imagery* efektif digunakan dalam pelayanan primer karena mampu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kenyamanan pasien tanpa efek samping yang berarti, sehingga dapat menjadi bagian dari pendekatan keperawatan holistik dan komplementer.

Penerapan teknik *Guided Imagery* dengan tema “Taman Damai di Pegunungan” sebagai intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan diharapkan dapat menjadi solusi yang efektif. Dengan pelatihan dan penerapan teknik ini, perawat dapat membantu pasien mengurangi persepsi nyeri melalui stimulasi relaksasi berbasis visualisasi alam, yang pada akhirnya dapat mempercepat proses penyembuhan dan meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Guided Imagery* terhadap nyeri akut pada pasien hipertensi, sebagai dasar untuk pengembangan intervensi keperawatan berbasis terapi komplementer di fasilitas kesehatan tingkat pertama.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “Penerapan *Guided Imagery* Dengan Tema “Taman Damai di Pegunungan” Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimana penerapan *guided imagery* dengan tema “Taman Damai di Pegunungan” pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis penerapan *guided imagery* dengan tema “Taman Damai di Pegunungan” pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan.
2. Menegakkan diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan.

3. Melakukan perencanaan keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan.
4. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan.
6. Melakukan dokumentasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut di Ruang Rawat Inap Puskesmas Lembeyan Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapan dalam bidang keperawatan bagi akademik maupun praktik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait pentingnya penerapan *guided imagery* pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan materi bagi petugas dalam memberikan intervensi *guided imagery* pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bacaan dan pengembangan ilmu mengenai intervensi *guided imagery* pada pasien hipertensi dengan masalah keperawatan nyeri akut.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian dan penulisan karya ilmiah akhir ners.

