

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hingga saat ini hipertensi tetap menjadi masalah penyakit yang cukup besar, menurut data dari *World Health Organization* (WHO), 22% penduduk dunia menderita hipertensi. Di Asia Tenggara jumlah penderita hipertensi sebesar 36%. Sedangkan menurut data Risdakes pada tahun 2018, angka kejadian hipertensi mencapai 34,1%. Di tahun 2018 terdapat peningkatan yang cukup tinggi menjadi 13.2% pada usia 18-24 tahun, 20.1% di usia 25-34 tahun dan 31.6% pada usia 24-44 tahun (Tirtasari dan Kodim, 2019).

Di tahun 2016 di Jawa Barat terdapat 790.382 orang menderita hipertensi (2,46% pada usia penduduk ≥ 18 tahun), dengan angka kejadian yang telah diperiksa sebanyak 8.029.245 orang, terdapat di 26 kabupaten/kota, tetapi hanya ada 1 kabupaten/kota (Kabupaten Bandung Barat) yang tidak memberikan laporan terkait prevalensi hipertensi. Pada tahun 2018 di Jawa Barat menempati peringkat ke 2 dengan prevalensi 39,1% (Dinas Kesehatan, 2017).

Pada tahun 2021, menurut data dari Profil UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor, di Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang memiliki jumlah kunjungan Penderita Hipertensi tertinggi kedua dengan total jumlah 982. Menurut data dari Profil UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor pada tahun 2021, total jumlah kunjungan adalah 5,81%, dengan rata-rata Laki-laki 6,13 % dan Perempuan 5,68%. Puskesmas Jatinangor membawahi beberapa Desa,

disetiap Desa di Jatinangor Hipertensi menjadi salahsatu angka tertinggi penyakit. Jumlah kunjungan penderita hipertensi yang rawat jalan di UPT Puskesmas Jatinangor pada 2021 adalah 111 orang. Sedangkan di tahun 2022 bulan Januari sampai Juni meningkat menjadi 130 orang. Dan jumlah pasien hipertensi yang tergabung dalam prolanis adalah 50 orang.

Hipertensi adalah penyakit terjadinya peningkatan tekanan darah yang tidak normal dimana angka pada sistolik dan diastoliknya lebih tinggi dari 140/90 mmHg pada tiga fase yang berbeda. Hipertensi adalah salahsatu penyakit yang menyebabkan kematian di Dunia yang dikenal dengan *silent killer*. Hipertensi jika dibiarkan hingga berkepanjangan dapat menyebabkan pembuluh darah pada ginjal, jantung, otak dan mata ruksak (Achadiyani dkk, 2019).

Penderita hipertensi biasanya tidak merasakan tanda dan gejala serta tidak sadar bahwa dirinya mengidap hipertensi, namun ada manifestasi klinis diantaranya adalah kenaikan tekanan darah yang tidak normal, nyeri pada kepala yang disertai mual dan muntah disebabkan karena tekanan intrakranial yang meningkat, terdapat suara bising pada karotis, adanya arteri renalis dan femoralis yang dikarenakan oleh stenois atau neurisma, merasakan pusing dan lelah yang berlebihan disebabkan oleh perfusi jaringan yang menurun dikarenakan oleh vasokonstriksi pembuluh darah, pandangan tidak jelas dan kabur disebabkan oleh retina yang ruksak, adanya aliran darah yang berlebih ke ginjal sehingga menyebabkan buang air yang yang berlebihan dimalam hari, terdapat pembekakan atau edema pada tubuh yang disebabkan oleh tekanan pada kapiler yang meningkat (Rachmano dan Pohan, 2021).

Tekanan darah adalah gejala utama yang dapat menentukan penderita tersebut mengalami hipertensi. Tekanan darah juga merupakan ciri dari adanya kerusakan terhadap organ tubuh. Penyakit lain yang dikarenakan oleh meningkatnya tekanan darah yang tidak dapat dikontrol contohnya jantung koroner, stroke, ginjal dan gangguan penglihatan (Wijayanti dkk, 2022). Pengukuran tekanan darah merupakan yang paling dasar untuk mengetahui mengidapnya penyakit hipertensi dan bagaimana cara mengontrol hipertensi. Pengukuran darah secara rutin merupakan cara alternatif untuk mengetahui tanpa menggunakan pemeriksaan yang mahal dan untuk mengontrol pemberian perawatan waktu yang lama pada penderita hipertensi (Stergiou et al, 2021).

Faktor yang dapat menyebabkan hipertensi diantaranya adalah faktor genetik, faktor psikologis (kecemasan, stress dan depresi), dan pola hidup yang tidak sehat (Yuwono dkk, 2018). Kecemasan adalah perasaan yang biasa terjadi pada manusia, ketika merasakan cemas orang tersebut akan merasakan sesuatu yang merangsang pada kondisi yang menyebabkan tidak nyaman dan tidak aman. Tetapi, jika kecemasan yang biasa dan yang dapat dikendalikan berubah menjadi kecemasan yang tidak terkendali dan dalam jangka waktu yang panjang terus merasakan cemas, perasaan cemas ini akan mengganggu kegiatan sehari-hari. Kecemasan adalah pengukuran penilaian yang penting bagi penderita hipertensi dan harus ditangani, kecemasan juga selalu disertai dengan gejala fisik diantaranya nyeri dada yang dapat mengganggu pasien. Selain itu kecemasan dapat mengakibatkan rangsangan pada sistem kardiovaskuler diantaranya jantung yang berdebar, peningkatan tekanan darah,

palpitasi, penurunan pada denyut nadi. Tidak hanya itu, efek samping dari psikologis juga dapat memperburuk kondisi pada jantung (Andri dkk, 2021).

Dampak yang terjadi pada pasien hipertensi yang merasakan cemas adalah perubahan fisik yang dirasakan pasien seperti jantung yang berdebar-debar, kaku, tremor, tekanan darah naik, penglihatan yang tidak jelas atau kabur, nafas yang pendek serta dada yang sakit seperti merasa tertekan. Kecemasan dapat mempengaruhi sistem kardiovaskuler, sistem saraf, sistem pernafasan dan turunkan imun tubuh (Rizal dkk, 2019).

Faktor yang menyebabkan kecemasan pada pasien hipertensi yaitu salah satunya adalah sosial lingkungan. Ketika mengalami penurunan kondisi kesehatan seseorang akan membutuhkan dukungan sosial dari orang lain, pasien hipertensi yang melakukan pengobatan lebih banyak datang sendiri. Kurangnya dukungan dari keluarga membuat pasien merasa cemas, selain itu kondisi kesehatan yang menurun membuat pasien akan merasa lebih cemas. Faktor lain yang membuat pasien hipertensi merasa cemas adalah konflik mental atau trauma, konflik mental sering terjadi ketika hal yang mengancam yang pernah dialami kembali terjadi. Pasien yang pernah mengalami masalah kesehatan terutama dengan hipertensi tentu pernah merasakan dampak yang terjadi, kondisi ini menimbulkan konflik mental sehingga pasien merasa cemas (Rizal dkk, 2019).

Peran perawat dalam penanganan hipertensi adalah perawat minimal mempunyai enam peran dan fungsi, yaitu sebagai penemu kasus (*case finder*),

sebagai pemberi pelayanan (*care giver*), sebagai pendidik/penyuluh kesehatan (*health teacher/educator*, sebagai koordinator dan kolaborator, pemberi nasehat (*counselor*), sebagai panutan (*role model*) (Utami dan Widyastuti, 2019).

Penatalaksanaan pada hipertensi dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologis. Kusuma dkk (2021) mengadaptasi dari Departemen Kesehatan bahwa Penatalaksanaan hipertensi dengan farmakologi yaitu dengan cara memberikan obat diuretik, simpatik dan vasodilator. Untuk penatalaksanaan hipertensi yaitu tetap merekomendasikan diuretika atau penyekat- β (β -blocker) sebagai penanganan pada pasien hipertensi yang wajib. Dan pada penatalaksanaan farmakologi ini pilihan obat antihipertensi akan menyesuaikan pada tiap pasien sebagai kombinasi jika pasien memiliki komplikasi (Manuntang, 2018). Hipertensi biasanya ditangani dengan terapi menggunakan obat, namun terapi menggunakan obat hanya dapat mengatasi secara fisik (Lismayanti dan Sari, 2018).

Lismayanti dan Sari (2018) mengadaptasi dari Departemen Kesehatan bahwa Terapi non farmakologi adalah pendamping dari terapi farmakologi agar pengobatan pada pasien maksimal. Manfaat terapi non farmakologi diantaranya mengatasi pasien tidak hanya gangguan secara fisik tetapi juga pada gangguan psikologis yang menjadi penyebab hipertensi, maka dari itu perlu juga terapi non farmakologi dimana terapi yang juga membantu mengatasi emosi atau spiritual penderita. Berbagai macam terapi non farmakologi diantaranya adalah menurunkan berat badan, olahraga teratur, diet rendah garam, diet rendah lemak, dan terapi komplementer diantaranya akupunktur, akupresure, terapi

tertawa, terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dan lain sebagainya (Kusuma dkk, 2021). *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) merupakan terapi komplementer dimana perpaduan antara ilmu Akupuntur dan psikologi yang disempurnakan dengan Sentuhan spiritual (Farmawati, 2018). *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat menangani berbagai macam keluhan berupa fisik maupun psikologis yang tidak menyebabkan efek samping pada penderita, terjangkau dan dapat dengan mudah dipraktikkan (Lismayanti dan Sari, 2018).

Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) merupakan terapi kolaborasi antara sistem energy dan terapi spiritual kolaborasi tapping pada titik tertentu di bagian-bagian tubuh yang prakteknya mirip dengan terapi akupuntur dan akupresur, yang merangsang titik-titik tertentu di sepanjang 12 jalur titik energi (energy meridian) pada tubuh. Ciri yang membedakan antara terapi SEFT, akupuntur dan akupresur yaitu dimana terapi SEFT adanya unsur spiritual yang diterapkan, hal tersebut yang membuat lebih aman dan praktis untuk diterapkan lalu lebih efektif dikarenakan hanya menggunakan tangan yang diketukan beberapa kali di titik-titik tertentu (Muwarni dan Hayana, 2020).

Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) selain dapat mengatasi keluhan fisik juga dapat mengatasi emosi. *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terbukti telah dapat membantu mengatasi berbagai keluhan pada penyakit lain diantaranya seperti keluhan sakit perut pada seseorang yang mengalami menstruasi, karena terapi SEFT dapat membantu meringankan rasa nyeri penderita dan menghilangkan nyeri dengan waktu yang singkat pada

penderita sakit perut saat menstruasi. Terapi ini menerapkan unsur spiritual dan sistem energi pada tubuh dengan teknik ketukan pada titik-titik di tubuh atau disebut dengan tapping. Tidak hanya sistem energi pada tubuh, teknik relaksasi pada SEFT dapat membantu mengontrol penyakit hipertensi (Mawarni dan Hayana, 2020).

Menurut (Depkes, 2021) prevalensi pasien rawat jalan di Puskesmas Indonesia pada tahun 2020 adalah 6.086 orang dan pasien rawat inap 4.0119 orang. Sedangkan di Jawa Barat prevalensi pasien rawat jalan adalah 784 dan pasien rawat inap adalah 299 orang. Pada pasien rawat jalan akan berdampak pada kecemasan pasien, pasien akan semakin menyadari kondisi penyakitnya, belum mengetahui kondisi jantungnya, ditambah dukungan keluarga yang tidak baik.

Fenomena hipertensi ini sangat menarik karena di lihat pada hasil studi pendahuluan bahwa Hipertensi adalah kasus penyakit tertinggi ke dua di Jatinangor. Peneliti melakukan wawancara dengan pasien rawat jalan hipertensi di UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor terhadap 10 orang 17 Maret 2022. Peneliti bertanya apakah sering merasakan cemas dan sulit untuk mengendalikannya sehingga menyebabkan penyakit hipertensinya memburuk, 10 orang tersebut menjawab selalu merasa gampang cemas, tidak dapat mengendalikan kecemasannya dan jika cemas tidak terkendali pasien merasakan jantung berdebar-debar, nyeri pada kepala dan tekanan darah meningkat. Ketika peneliti bertanya apa saja yang menyebabkan cemas pada pasien hipertensi, 6 diantaranya karena masalah ekonomi dan 4 orang menjawab karna masalah

lingkungan. Peneliti juga bertanya upaya apa saja yang telah dilakukan untuk mengontrol hipertensi yang diakibat oleh kecemasan tersebut, semuanya menjawab untuk mengontrol hipertensi dengan obat saja. Ketika ditanya apakah pasien melakukan terapi lain seperti terapi farmakologi komplementer seperti akupuntur, akupresure terapi tertawa, terapi dengan aroma terapi atau terapi komplementer lainnya, 10 orang tersebut tidak ada yang melakukan terapi komplementer apapun. Ketika peneliti bertanya mengenai terapi dengan mengetukkan jari pada titik-titik tertentu sambil berdoa, 10 orang tersebut tidak pernah melakukan dan tidak mengetahuinya. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul: Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Desa Cikeruh Jatinangor.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah apakah ada Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Jatinangor.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi nilai kecemasan sebelum diberikan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kecemasan pada penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor.
2. Untuk mengidentifikasi nilai dan kecemasan sesudah diberikan Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kecemasan pada penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor.
3. Untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah Terapi *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) terhadap kecemasan pada penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan meningkatkan kualitas pendidikan dan pengetahuan bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan. Dapat membangun kerangka konseptual tentang Pengaruh *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) Terhadap Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas Rawat Inap Jatinangor sehingga dapat memperluas keilmuan profesi keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Manfaat bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan agar *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) dapat digunakan sebagai salah satu tindakan intervensi keperawatan dalam menurunkan kecemasan pada Penderita Hipertensi

2. Manfaat bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan masukan bagi puskesmas khususnya bagi perawat agar dapat menggunakan *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) sebagai upaya untuk menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi.

3. Manfaat bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan untuk penelitian selanjutnya dan tambahan informasi untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut tentang manfaat dari *Spiritual Emotional Freedom Technique* (SEFT) pada penderita hipertensi.