

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi sering juga disebut sebagai *The Silent Killer* karena penyakit ini merupakan pembunuh tersembunyi, dimana orang yang menderita hipertensi tidak mengetahui dirinya terkena hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya atau pada saat sudah terjadi komplikasi. Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari atau sama 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Hipertensi termasuk salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan yang paling serius saat ini. Penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab utama kematian secara global (Muftadi, 2023).

Hipertensi masih menjadi permasalahan penyakit tidak menular secara global. Hipertensi tidak hanya banyak diderita lanjut usia, namun usia remaja dan dewasa juga dapat mengalami penyakit hipertensi (Sholikhah, 2021). Hipertensi dikenal oleh masyarakat awam dengan sebutan “darah tinggi” karena kondisi ini memang mengindikasikan tingginya tekanan darah. Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah seseorang diatas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Sumartini et al., 2019).

Tekanan darah sendiri dapat dibagi menjadi tekanan sistol (tekanan di pembuluh darah saat jantung memompa darah) dan diastol (tekanan di pembuluh darah saat jantung dalam keadaan istirahat). Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan sistol terukur  $\geq 140$  mmHg atau tekanan diastol terukur  $\geq 90$  mmHg (Ilyas, 2016). Hipertensi merupakan kondisi medis dengan prevalensi tinggi. Jumlah penderita Hipertensi bertambah setiap tahunnya baik di dunia maupun di Indonesia.

Kasus hipertensi global diestimasi sebesar 22% dari total populasi dunia atau 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun menderita hipertensi. Sekitar 2/3 dari penderita hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah ke bawah. Prevalensi hipertensi bervariasi di beberapa negara. WHO (*World Health Organization*) Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (27%) sedangkan Wilayah Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah (18%) (WHO, 2021).

Menurut data World Health Organization (WHO), di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang diseluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di Negara maju dan 639 sisanya berada di Negara berkembang, termasuk Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) menyatakan pada tahun 2020 Indonesia memiliki sejumlah 27.087.753 penduduk usia lanjut dengan rincian 12.912.675 laki-laki dan 14.175.078 perempuan. Provinsi Jawa Tengah prevalensi penduduk dengan hipertensi sebesar 37,57%. Pada wanita, prevalensi hipertensi sebesar 40,17%, lebih tinggi dibanding pada laki-laki 34,83% (Yuniati, 2022).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2022) 1,13 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi, Sebagian besar (2/3) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Pada tahun 2017, 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita menderita hipertensi. Sementara itu, hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 25% pada tahun 2025 (Riskesdas, 2022). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin, Hipertensi di Banjarmasin menduduki peringkat pertama dengan angka kejadian tertinggi yang dimana jumlah kasus lama pada tahun 2019 berjumlah 56.052 total angka kejadian dan pada kasus baru yaitu berjumlah 22.785 total angka kejadian. Hipertensi yang tidak terkontrol

memiliki dampak atau komplikasi yang serius. Hipertensi atau tekanan darah tinggi secara signifikan meningkatkan risiko jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya jika tidak segera ditangani (WHO, 2021).

Selain itu dalam upaya menurunkan prevalensi angka kejadian mortalitas dan morbiditas hipertensi maka pengobatan hipertensi dilakukan dengan dua macam terapi yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Pengobatan farmakologis merupakan pengobatan dengan menggunakan obat-obatan yang dapat membantu menurunkan serta menstabilkan tekanan darah, sedangkan pengobatan non farmakologis yaitu salah satu alternatif untuk menurunkan tekanan darah tanpa ketergantungan obat. Pengobatan non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap untuk mendapatkan efek pengobatan pada saat obat anti hipertensi diberikan (Wahyudin, 2021)

Terdapat berbagai macam terapi komplementer yang digunakan untuk mengatasi hipertensi karena bersifat alamiah dan tidak menimbulkan efek samping yang berbahaya, diantaranya dengan terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi otot progresif, meditasi, terapi tawa, akupunktur, guided imagery (terapi imajinasi terbimbing), senam aerobik, dan yoga. Selain terapi komplementer latihan dan relaksasi juga dapat digunakan untuk mengatasi hipertensi seperti latihan dan relaksasi nafas dalam lambat (*slow deep breathing*), (Kurniawan, 2017).

Pemberian psikoterapi dapat dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu dengan latihan relaksasi, baik latihan napas dalam, latihan afirmasi positif dan juga latihan imajinasi terbimbing atau *guided imagery*. *Guided Imagery Relaxation* atau imajinasi terbimbing adalah teknik relaksasi imajinasi yang berbeda dengan teknik lainnya ialah teknik ini menggunakan kekuatan pikiran klien untuk membayangkan suatu hal positif dengan mengarahkan tubuh untuk menyembuhkan diri, memelihara kesehatan melalui komunikasi dalam bertujuan untuk

pengendalian dan relaksasi. Dari respon relaksasi tersebut dapat bekerja lebih dominan pada sistem saraf parasimpatis, fungsi saraf parasimpatis adalah membantu mengontrol denyut jantung untuk membuat tubuh menjadi rileks. Saat tubuh merespon, maka dapat memperlambat detak jantung sehingga denyutnya dalam memompa darah ke seluruh tubuh akan menjadi lebih efektif dan akan mengakibatkan tekanan darah juga dapat menurun (Rindiani, 2022).

Terapi ini biasa dilakukan oleh praktisi kesehatan dan memberikan dampak yang positif bagi penderita kecemasan. Banyak terapi yang digunakan oleh praktisi kesehatan jiwa, biasanya adalah terapi peningkatan kekebalan terhadap stress, terapi psikofarmaka, terapi somatik, dan terapi psikoreligius. Dalam hal ini perawat dapat memberikan psikoterapi yaitu dengan menggunakan latihan napas dalam dan terapi imajinasi terbimbing atau *guided imagery* (Menurut Monica, 2018 dalam Wirawati., dkk, 2022).

Latihan relaksasi napas dalam merupakan bentuk asuhan keperawatan dengan mengajarkan kepada klien bagaimana cara melakukan napas dalam, napas lambat (menahan inspirasi secara maksimal) dan bagaimana menghembuskan napas secara perlahan. Selain dapat menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi napas dalam ini juga dapat membuat ketenangan hati dan berkurangnya rasa cemas sehingga terjadi penurunan tekanan darah. (Alfiatus, 2019). Sementara terapi imajinasi terbimbing atau *guided imagery* merupakan salah satu metode terapi relaksasi yang diberikan pada pasien dengan cara membayangkan kejadian di suatu tempat yang menjadikan perasaan senang dan nyaman. Terapi imajinasi terbimbing atau *guided imagery* ini merupakan terapi modalitas dalam keperawatan yang menjadi tindakan mandiri seorang perawat (Menurut Monica, 2018 dalam Wirawati., dkk, 2022).

Menurut hasil penelitian Lannasari dkk, (2023) Salah satu teknik intervensi

non farmakologis yang dapat digunakan adalah teknik relaksasi imajinasi terbimbing (*Guided Imagery Relaxation*). Saat melakukan *Guided Imagery Relaxation* menghasilkan *hormone endorphin*. Endorphin adalah *neurohormone* yang berhubungan dengan sensasi yang menyenangkan sehingga diharapkan bisa menurunkan tekanan darah. Studi kasus ini bertujuan untuk diketahuinya pengaruh *Guided Imagery Relaxation* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi

Studi pendahuluan yang penulis lakukan di RSUD Datu Kandang Haji pada Ruang Melati terdapat 102 total kasus hipertensi pada tahun 2023. Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penulisan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan melakukan “Analisis intervensi *Guided Imagery and Music* (GIM) terhadap penurunan tekanan darah pasien Hipertensi”

.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Perumusan masalah dalam Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) ini adalah “Bagaimanakah Penerapan Intervensi *Guided Imagery and Music* (GIM) pada pasien dengan Hipertensi terhadap penurunan tekanan darah?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menggambarkan hasil laporan kegiatan praktik klinik Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi dengan penerapan Intervensi *Guided Imagery and Music* (GIM) oleh mahasiswa Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Banjarmasin di Rumah Sakit Datu Kandang Haji Balangan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Menggambarkan hasil pengkajian dan diagnosa keperawatan pada pasien Hipertensi.

- 1.3.2.2 Menggambarkan diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien Hipertensi.
- 1.3.2.3 Menggambarkan perencanaan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan intervensi *Guided Imagery and Music* (GIM)
- 1.3.2.4 Menggambarkan implementasi keperawatan pada pasien Hipertensi dengan intervensi *Guided Imagery and Music* (GIM)
- 1.3.2.5 Menggambarkan evaluasi keperawatan dengan intervensi keperawatan *Guided Imagery and Music* (GIM)
- 1.3.2.6 Menganalisis hasil asuhan keperawatan dengan penerapan metode *Guided Imagery and Music* (GIM)

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Aplikatif**

- 1.4.1.1 Sebagai acuan bagi peneliti untuk melakukan perawatan metode *Guided Imagery and Music* (GIM) dalam menurunkan tekanan darah pada pasien Hipertensi.
- 1.4.1.2 Sebagai sumber informasi dan acuan bagi pasien untuk perawatan pasien dengan Hipertensi.

##### **1.4.2 Manfaat Teoritis**

- 1.4.2.1 Sebagai motivasi untuk meningkatkan pengetahuan terkait perawatan metode *Guided Imagery and Music* (GIM) terhadap pasien Hipertensi.
- 1.4.2.2 Penelitian ini dapat dikembangkan untuk penelitian selanjutnya terkait metode *Guided Imagery and Music* (GIM) dalam penanganan pasien dengan Hipertensi.

#### **1.5 Penelitian Terkait**

- 1.5.1 Penelitian oleh M. Bustan dan Reny Devianti Usman tahun 2023  
Penelitian ini dengan judul “Pengaruh pemberian terapi imajinasi

terpimpin terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di RSUD Kota Kendari”. Hasil penelitian menunjukkan, tekanan darah mengalami penurunan jika dibandingkan dengan sebelum diberi imaginasi terpimpin dengan nilai signifikansi  $p:0,000$  ( $p<0,05$ ). Imaginasi terpimpin dapat dipakai sebagai alternatif tindakan untuk mengontrol peningkatan tekanan darah dan direkomendasikan dilakukan secara rutin sebagai salah satu intervensi keperawatan pada penderita hipertensi khususnya dan tidak membutuhkan waktu lama serta sangat ekonomis.

- 1.5.2 Penelitian oleh Lannasari dkk tahun 2023 Penelitian ini dengan judul “Pengaruh *Guided Imagery Relaxtation* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi”. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh *Guided Imagery Relaxtation* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cikalong Kulon, dengan nilai signifikansi  $p:0,002$  ( $p<0,05$ ).
- 1.5.3 Penelitian oleh Nikomang Mei Susanti, dkk 2022 Penelitian ini dengan judul “*Application of Guided Imagery Relaxation Therapy on Bloodpressure of Hypertension patients in the heart disease roomgeneral hospital Ahmad Yani Metro City*”. Simpulan dari penelitian bahwa Intervensi *Guided Imagery Relaxtation* berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.