

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu keadaan medis yang cukup serius dimana secara signifikan dapat meningkatkan resiko penyakit hati, otak, ginjal, jantung, dan penyakit lainnya. Hipertensi dapat terjadi apabila tekanan darah lebih besar dari dinding arteri dan pembuluh darah itu sendiri (WHO, 2019). Hipertensi diperkirakan setiap tahunnya terjadi kematian sekitar delapan juta orang, diantaranya 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita hipertensi (Kalsu at al, 2019).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO), mengatakan bahwa hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di dunia. Dimana seseorang dinyatakan menderita hipertensi ketika tekanan darah penderitanya mencapai 140/90 mmHg. Diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Selain itu diperkirakan terdapat 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Kurang dari setengah orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosa dan diobati. Sekitar 1 dan 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengontrolnya. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2022).

Tekanan darah tinggi mempengaruhi orang-orang dari segala usia, jumlah penderita tekanan darah tinggi meningkat terus, ada sekitar 50 juta (21,7%) orang dewasa Amerika dengan tekanan darah tinggi, Thailand 19%, Vietnam 34,6%, Singapura 24,9%, dan Malaysia 29,9%. Di Indonesia prevalensi hipertensi berkisar antara 6-15%. Hal ini dikarenakan penderita hipertensi biasanya tidak memiliki gejala apapun, atau memiliki gejala yang ringan (Slamet, 2022).

Menurut profil kesehatan Dinas Kota Padang tahun 2021, dari 162.979 jiwa penduduk usia $\geq 15\%$ terdapat 51.360 orang yang dilayani dengan diagnosa hipertensi sebesar 31,5%. Penderita terbanyak adalah perempuan yaitu 30.715 orang dan laki-laki sebanyak 20.645 orang. Pelayanan kesehatan pada penderita hipertensi sesuai standar merupakan upaya pencegahan sekunder di wilayah kerjanya dalam kurun waktu satu tahun. Pelayanan yang diberikan berupa pengukuran tekanan darah dilakukan minimal satu kali sebulan di fasilitas pelayanan kesehatan dan edukasi perubahan-perubahan gaya hidup dan kepatuhan minum obat oleh penderita (Dinkes Kota Padang, 2022).

Menurut Anwar (2019) kecemasan dapat memicu peningkatan tekanan darah sementara, yang dapat merusak pembuluh darah, jantung, dan ginjal. Peningkatan tekanan darah yang sering terjadi, seperti setiap hari, dapat menyebabkan jenis kerusakan yang sama yang terlihat pada penderita hipertensi jangka panjang. Selain itu, pasien hipertensi memiliki resiko kecemasan yang lebih tinggi dari pada mereka yang tidak hipertensi.

Kesehatan jiwa menurut WHO (*World Health Organization*) adalah ketika seseorang tersebut merasa sehat dan bahagia, mampu menghadapi tantangan hidup serta dapat menerima orang lain sebagaimana seharusnya serta mempunyai sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Kesehatan jiwa adalah kondisi dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya. Kondisi perkembangan yang tidak sesuai pada individu (Kemenkes, RI 2020).

Menurut data WHO (2017) prevalensi masalah kesehatan jiwa mencapai 13% dari penyakit secara keseluruhan dan kemungkinan akan berkembang menjadi 25% di tahun 2030. Menurut data statistik yang dikemukakan oleh *World Health Organization* (WHO) terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta orang terkena skizofrenia, serta 47,5 juta terkena demensia, dan 200 juta orang terkena kecemasan (WHO, 2019)

Pada umumnya masalah kesehatan jiwa yang terjadi adalah gangguan kecemasan. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2017) menyatakan bahwa depresi dan kecemasan merupakan gangguan jiwa umum yang prevalensinya paling tinggi, lebih dari 200 juta orang diseluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Berdasarkan data dari Kemenkes (2019) gangguan kecemasan menduduki peringkat kedua dari gangguan mental di Indonesia. Sedangkan Kemenkes (2021) menyebutkan bahwa sebanyak

18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan angka tersebut menyebutkan bahwa ada kenaikan 6,8% dari jumlah penduduk Indonesia, dan lebih dari 23.000 mengalami depresi. Berdasarkan data dari Dinkes Provinsi Sumatera Barat (2019) terdapat 155.208 jiwa penduduk dan sebanyak 47.692 penduduk mengalami gangguan mental emosional seperti kecemasan.

Kecemasan adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman. Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (Suliswati, 2016).

Kecemasan sendiri dapat membantu individu memfokuskan perhatian untuk belajar, menyelesaikan masalah, berfikir, bertindak, dan melindungi diri sendiri jika masih dalam batas normal (cemas ringan). Sebaliknya, seseorang mengalami kecemasan yang berlebihan akan sangat mengganggu kehidupan individu. Hal ini dikarenakan cemas mempengaruhi seseorang pada empat hal, secara fisik, diantaranya; detak jantung meningkat, rasa tidak nyaman di perut (*butterflies*), gemetar, mual, ketegangan otot, berkeringat, dan nafas pendek. Secara kognitif, yaitu sulit konsentrasi, motivasi belajar menurun, mudah lupa, dan disorientasi (waktu, orang dan tempat), secara emosional, yaitu: gelisah, khawatir, bingung, tidak bisa mengendalikan diri, dan mudah putus asa, secara perilaku, seperti komunikasi inkoheren, menjauhi benda, tempat, atau situasi tertentu, dan menarik diri dari sosial (Videbeck, 2018).

Kecemasan pada penderita hipertensi sangat penting untuk ditanggulangi. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk menanggulangi kecemasan, baik secara farmakologis maupun secara nonfarmakologis. Pengobatan farmakologis bersifat jangka panjang, sedangkan non farmakologis digunakan sebagai pelengkap atau pendamping dalam mendapatkan pengobatan farmakologis yang lebih baik sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan pengobatan non farmakologis yang digunakan adalah aromaterapi lavender (Kurniawan, 2018).

Aromateri lavender merupakan salah satu pengobatan menggunakan komplementer yang menggunakan minyak esensial lavender sebagai agen terapi utama. Minyak esensial lavender sebagai aromaterapi digunakan melalui inhalasi bekerja otak dan atau rete topikal. Saat dihirup, minyak esensial lavender bekerja di otak dan sistem saraf melalui stimulus dari saraf penciuman. Respon ini akan merangsang produksi masa penghantar saraf otak (*neurotransmitter*) yang berkaitan dengan pemulihan kondisi psikis seperti emosi, perasaan, pikiran, dan keinginan (Agustina et al., 2019).

Untuk penggunaan aromaterapi lavender ini dilakukan, 3-4 tetes esensial oil dalam 30-40 ml air dalam disffuser (15-30 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi pasien. Pemberian aromaterapi lavender ini dilakukan selama 5 hari. (Rohimatus, 2022)

Menurut penelitian (Rizky et al., 2020) tentang pengaruh pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada hipertensi di Puskesmas Sugio dan Puskesmas Kedungpring. Metode: Penelitian ini

menggunakan pretest-posttest with control group design, dengan ukuran sampel 34 responden yang dipilih dengan teknik purposive sampling, selanjutnya dibagi menjadi kelompok intervensi (n=17) dan kelompok kontrol (n=17). Data tingkat kecemasan dikumpulkan melalui pengisian kuesioner HARS. Data dianalisis dengan menggunakan Wilcoxon sign rank test dan paired-sample t-test, didapatkan p-value adalah 0,004. Dengan dengan ada perbedaan tersebut antara sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender. Dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi.

Penelitian (Mukti et al, 2023) tentang pengaruh pemberian aromaterapi lavender untuk menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan Quasy Exsperiment dengan rancangan Pre and Post Test Without Control Group. Teknik pengambilan sampel menggunakan accidental sampling dengan jumlah 39 responden dan pengambilan data pada bulan September-Oktober 2022. Uji Analisa yang digunakan adalah Paired T-Test. Hasil uji Paired T-Test menunjukkan bahwa nilai p-value=0,000 (p-value <0,05). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di RS UNS.

Hasil survei awal yang dilakukan mahasiswa profesi keperawatan STIKes Alifah Padang di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Kota Padang pada tanggal 22 Juli 2024 didapatkan data bahwa 29% lansia di

Kelurahan Kalumbuk tersebut menderita hipertensi, 15% lansia mengalami gangguan kecemasan atau ansietas dalam rentang ringan hingga sedang.

Saat dilakukan wawancara singkat pada salah satu warga RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Kota Padang yaitu TN. N usia 60 tahun dengan kecemasan sedang yang telah menderita hipertensi lebih kurang selama 3 tahun, mengeluh gangguan kecemasan terkait dengan penyakitnya. Saat ditanyakan terkait dengan aromaterapi lavender dalam mengatasi kecemasannya, klien mengatakan belum pernah melakukan terapi tersebut, bahkan baru pertama kali mendengarnya.

Dari fenomena diatas peneliti tertarik untuk memberikan Asuhan Keperawatan Jiwa Masyarakat (CMHN) pada Tn. N dengan pemberian aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan pada penderita hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat dirumuskan masalah yaitu, bagaimana asuhan keperawatan jiwa masyarakat (CMHN) pada TN. N dengan efektifitas pemberian aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan pada penderita hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu mengaplikasikan ilmu dalam memberikan asuhan keperawatan jiwa Masyarakat (CMHN) pada TN. N dengan pemberian aromaterapi lavender untuk mengurangi kecemasan pada penderita hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian Jiwa Masyarakat (CMHN) Pada TN. N Dengan Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji 2024.
- b. Mampu merumuskan diagnosa Jiwa Masyarakat (CMHN) Pada TN. N Dengan Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji 2024.
- c. Mampu melakukan intervensi Jiwa Masyarakat (CMHN) Pada TN. N Dengan Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji 2024.
- d. Mampu melakukan implementasi Jiwa Masyarakat (CMHN) Pada TN. N Dengan Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi

Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji 2024.

- e. Mampu melakukan evaluasi Jiwa Masyarakat (CMHN) Pada TN. N Dengan Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di RT 03 RW 05 Kelurahan Kalumbuk Kecamatan Kuranji 2024.

D. Manfaat Karya Ilmiah

1. Teoritis

a. Bagi Penulis

Untuk mendapatkan pengalaman dan kemampuan penulis dalam melakukan asuhan keperawatan dalam menurunkan kecemasan pada penderita hipertensi.

b. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penulisan ini diharapkan nantinya dapat berguna, menjadi manfaat, dan pedoman bagi penulis selanjutnya yang berminat di bidang ini.

2. Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penulisan ini merupakan penerapan ilmu Keperawatan *community mental health nursing* dan diharapkan nantinya dapat menambah ilmu tersebut bagi dunia keperawatan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Penulisan berharap ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka meningkatkan pengetahuan tentang Asuhan keperawatan pada penderita Kecemasan.

