

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan jiwa adalah suatu kondisi sehat emosional, psikologis, dan sosial yang terlihat dari hubungan interpersonal yang memuaskan perilaku dan coping individu efektif, konsep diri yang positif dan kestabilan emosional (Endang, 2018). Kesehatan jiwa juga mempunyai sifat yang harmonis dan memperhatikan semua segi dalam kehidupan manusia dalam berhubungan dengan manusia lainnya yang akan mempengaruhi perkembangan fisik, mental, dan sosial individu secara optimal yang selaras dengan perkembangan masing-masing individu (Prasetya, 2020).

Menurut data WHO (2018) prevalensi masalah kesehatan jiwa mencapai 13% dari penyakit secara keseluruhan dan kemungkinan akan berkembang menjadi 25% di tahun 2030. Pada umumnya masalah kesehatan jiwa yang terjadi adalah gangguan kecemasan. Prevalensi secara global kecemasan ada sebanyak 11,6 % dari jumlah seluruh penduduk Indonesia atau sekitar 24.708.000 jiwa. Selain itu prevalensi kecemasan di negara berkembang pada usia dewasa sebanyak 50% baik akut maupun kronis dengan perbandingan wanita dan pria 2:1 dan lebih dari 85%. (WHO, 2018).

Berdasarkan data catatan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), menunjukkan peningkatan. Ada peningkatan jumlah prevalensi skizofrenia/psikosis di Indonesia menjadi 7 per 1000 rumah tangga. Artinya, dari 1.000 rumah tangga terdapat 7 rumah tangga yang mempunyai anggota rumah tangga (ART) pengidap

skizofrenia/psikosis, sehingga jumlahnya diperkirakan sekitar 450 ribu ODGJ berat (Riskesdas, 2018).

Salah satu program pengembangan puskesmas yang terintegrasi dengan kegiatan puskesmas *Community Mental Health Nursing* (CMHN). CMHN merupakan salah satu upaya yang digunakan untuk membantu masyarakat menyelesaikan masalah-masalah kesehatan jiwa. Salah satu program CMHN yaitu upaya promotif dan preventif dalam penanganan kasus gangguan jiwa adalah keterlibatan keluarga. Perawat memberikan upaya kesehatan jiwa kepada individu, keluarga dan komunitas agar mampu melakukan perawatan pada diri sendiri, anggota keluarga dan anggota masyarakat lain (Hertiana, 2020).

Masalah psikososial merupakan masalah yang banyak terjadi di masyarakat yaitu kecemasan yang berkaitan dengan timbulnya perubahan fisik seperti penyakit jantung, stroke, diabetes mellitus dan hipertensi penderita hipertensi yang mengalami kecemasan akan memperlihatkan gejala somatis (timbul gejala pada tubuh) dan rasa gugup atau ketakutan. Gejala somatis yang dapat muncul pada kecemasan seperti kepala terasa pusing, diare, berkeringat, kesulitan bernapas, mual dan muntah, hipertensi, palpasi atau berdebar-debar, pupil melebar atau midrasis, gelisah, tidak bisa diam, tremor atau gemeteran, pingsan dan gangguan buang air kecil. Kecemasan tidak hanya menyebabkan gejala-gejala di atas, namun juga mempengaruhi proses berpikir, persepsi dan proses belajar. Kecemasan 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 (Syukri, 2017).

Kecemasan sendiri dapat membantu individu memfokuskan perhatian untuk belajar, menyelesaikan masalah, berpikir, 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 kehidupan sosial (Winurini, 2020).

Penyakit hipertensi ini sering disebut sebagai "*the silent disease*" atau penyakit tersembunyi. Sebutan tersebut berawal dari banyaknya orang yang tidak sadar setelah mengidap penyakit hipertensi sebelum mereka melakukan pemeriksaan darah. Penyakit hipertensi ini dapat menyerang siapa saja, dari berbagai kelompok umur dan status sosial ekonomi. Secara umum, hipertensi merupakan salah satu keadaan tanpa gejala dimana tekanan darah yang tinggi di dalam arteri menyebabkan peningkatan resiko terhadap penyakit-penyakit yang berhubungan dengan kardiovaskuler seperti stroke, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal. Komplikasi ini banyak berujung pada kematian sehingga tercatat sebagai penyebab kematian adalah komplikasinya (Septi, 2018).

Kecemasan (*anxiety*) merupakan kekhawatiran yang kurang jelas atau tidak berdasar. Kecemasan merupakan relaksi terhadap pengalaman-pengalaman tertentu dimana reaksi tersebut dapat dilihat dari pernyataan pribadi yang diketahui dari apa yang dikatakan, bagaimana ia bertindak atau dari perubahan-perubahan psikologis yang berhubungan dengan respon. Tindakan yang dapat diberikan untuk mengatasi kecemasan yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi (Wijayanti et al., 2021). Terapi farmakologi adalah terapi obat yang diberikan untuk mengurangi efek cemas yang dialami. Sedangkan terapi nonfarmakologi yang dapat diberikan adalah dengan membangun hubungan saling percaya, kesadaran diri, melindungi klien, modifikasi lingkungan, serta memotivasi kegiatan. Sedangkan cara lain yang dapat diberikan adalah dengan pendidikan kesehatan, mengenal ansietas, belajar cara-cara baru untuk menghadapi ansietas, latihan rileksasi, biofeedback, dan desentisasi sistemik. Hipnotis lima jari merupakan salah satu bentuk *self hypnosis* yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi, sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress dari pikiran seseorang. Hipnotis lima jari mempengaruhi system limbic seseorang sehingga berpengaruh pada pengeluaran hormone-hormon (hormone adrenalin) yang dapat memacu timbulnya stress (Pardede, 2018).

Terapi hipnotis lima jari terbukti menurut BMA (*British Medical Association*) yang menyatakan bahwa hipnotis ini layak digunakan untuk mengurangi beban dan efektif digunakan. Terapi hipnotis lima jari ini dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi tekanan darah terhadap kecemasan dilakukan sebanyak 3 kali dan dilakukan selama $\pm 10-15$ menit. Posisikan klien

rileks dan pejamkan mata kemudian menyentukan ibu jari dan telunjuk serta seterusnya hingga ke jari kelingking dengan kata-kata dan membayangkan sesuatu yang indah sesuai dengan perintah dan arahan sehingga menjadi salah satu intervensi. Perawat dapat menggunakan terapi hipnotis ini untuk meningkatkan kenyamanan dan mengatasi peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi (Winengsi, 2021).

Berdasarkan penelitian Gati et al., (2022) tentang Pengaruh Latihan Berfokus Lima Jari Terhadap Tingkat Ansietas di Desa Pulisen Boyolali didapatkan dari 20 responden sebesar 66,7% mengalami ansietas tingkat sedang. Setelah dilakukan intervensi hipnotis lima jari sebesar 66,7% ansietas sedang yang dialami 20 responden menurun menjadi tidak ansietas.. Hasil uji statistik diketahui nilai $p = 0,000 < 0,05$ sehingga didapatkan ada pengaruh latihan berfokus lima jari terhadap tingkat ansietas di Desa Pulisen, Boyolali.

Berdasarkan penelitian Mawarti (2021) tentang Hipnotis Lima Jari Pada Klien Ansietas didapatkan bahwa dari 12 responden sebelum mengikuti terapi berada pada tingkat ansietas sedang – berat. Gejala yang dialami saat post test yaitu perasaan cemas dan gelisah. Dari 12 responden yang sudah mengikuti terapi hipnotis lima jari mengalami penurunan skor tingkat ansietas yang artinya terapi ini berpengaruh terhadap tingkat ansietas responden. Hasil uji T Independent penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh hipnotis lima jari terhadap penurunan tingkat ansietas klien poli Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi Tahun 2020 dengan $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$.

Hasil survey yang dilakukan melalui wawancara dan pengkajian oleh penulis di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji didapatkan

data bahwa pada salah seorang warga RW XII yaitu Ny. I berumur 70 tahun menderita hipertensi sejak 3 tahun yang lalu mengalami ansietas terkait dengan penyakitnya. Saat ditanyakan terkait dengan terapi hipnotis lima jari dalam mengatasi ansietasnya, Ny.I mengatakan belum pernah melakukan terapi tersebut, bahkan baru pertama kali mendengarnya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk membuat suatu karya ilmiah akhir ners dengan “Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023”.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023.
- b. Mampu merumuskan diagnosa Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023.

- c. Mampu merencanakan Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023
- d. Mampu melakukan implementasi Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023.
- e. Mampu melakukan evaluasi Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023
- f. Mampu melakukan dokumentasi hasil Masalah Psikososial Pada Ny. I Dengan Ansietas Melalui Hipnotis Lima Jari Di RW XII Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang Tahun 2023

C. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan bagi peneliti untuk menambah pengetahuan tentang mengurangi ansietas pada pasien hipertensi dengan metode hipnotis lima jari.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data tambahan untuk peneliti selanjutnya yang terkait dengan ansietas dan hipnotis lima jari. Sebagai bahan perbandingan atau data dasar bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan masalah yang sama dengan variabel

yang berbeda seperti pemberian teknik relaksasi nafas dalam atau teknik spiritual untuk mengatasi ansietas.

2. Praktis

a. Bagi Klien

Diharapkan setelah diajarkan tentang terapi hipnotis lima jari dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan klien tentang cara mengurangi ansietas khususnya melalui hipnotis lima jari

b. Bagi Instansi Pendidikan

Diharapkan instansi pendidikan dapat meningkatkan atau menyediakan referensi yang cukup dalam mata ajar *Community Mental Health Nursing* (CMHN) agar dapat menjadi tambahan bahan bacaan referensi, pertimbangan dan meningkatkan pengetahuan tentang penelitian yang diambil yaitu ansietas dan hipnotis lima jari bagi mahasiswa khususnya mahasiswa pendidikan profesi ners di STIKes Alifah Padang