

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ansietas merupakan keadaan emosi dimana dapat menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan merasa terancam. Hal ini sendiri ditimbulkan oleh penyebab tidak jelas. Gejala yang muncul bervariasi yaitu rasa tidak menyenangkan, ketakutan yang semu, gejala otonom seperti sakit kepala, berkeringat, jantung berdebar, sesak dada dan perut tidak nyaman (Elvie, 2022)

Menurut *European Study of the Epidemiology of Mental Disorders* (ESEMED) ansietas merupakan salah satu gangguan kejiwaan yang paling sering didiagnosis dikalangan lansia. Penyebab cemas diantaranya adanya perasaan takut tidak diterima dalam lingkungan tertentu, adanya pengalaman traumatis, kehilangan, bencana alam, bahkan frustrasi akibat kegagalan dalam memenuhi kebutuhan fisiologis (kebutuhan dasar) dan adanya ancaman pada konsep diri (Norma, 2019). Sehingga perlunya penanganan untuk menghilangkan kecemasan dan untuk mengatasi kecemasan pada seseorang.

Menurut WHO populasi global penderita gangguan kecemasan pada tahun 2020 diperkirakan lebih dari 200 juta orang (3,6% dari total populasi) diseluruh dunia menderita kecemasan. Gangguan kecemasan sendiri lebih sering terjadi pada wanita daripada pria (4,6% dan 2,6%). Jumlah penderita gangguan kecemasan didunia diperkirakan dengan total 264 juta jiwa. Hal ini mengalami peningkatan sebesar 14,9% dari tahun 2005 sebagai akibat dari meningkatnya jumlah pertumbuhan penduduk.

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dari Kementerian kesehatan Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia ada 6% atau sekitar 14 juta penduduk untuk usia 15 tahun keatas yang mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan dan depresi dan jumlah tersebut semakin meningkat seiring dengan meningkatnya usia.

Berdasarkan data Kemenkes sepanjang tahun 2020, sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan, lebih dari 23.000 mengalami depresi. Berdasarkan data milik Persatuan Dokter Kesehatan Jiwa Indonesia (PDKJI) dalam bulan pertama tahun 2019 disebutkan masalah psikologi terbanyak ditemukan pada usia 17 sampai 29 tahun dan penduduk lanjut usia (lansia) yang berusia di atas 60 tahun.

Sumatera Barat menduduki urutan ke-9 penderita gangguan mental emosional dari 33 provinsi di Indonesia. di Kota Padang, berdasarkan Rekap Laporan Kesehatan Jiwa Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2020, Kecamatan Pauh merupakan wilayah dengan angka gangguan neurotic atau gangguan mental emosional tertinggi di kota Padang yaitu sebanyak 117 orang, diikuti oleh kecamatan Padang Timur sebanyak 75 orang, dan kecamatan Bungus sebanyak 34 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020). Data yang didapatkan di RW 04 Kecamatan Kuranji pada tanggal 18-26 Juli 2023 didapatkan bahwa dari 72 KK didapatkan data kecemasan sebanyak 17 orang yang mengalami kecemasan, diantaranya remaja yang mengalami kecemasan saat belajar, ibu hamil, lansia yang mengalami hipertensi dan lansia dengan penyakit degeneratif lainnya. Diantaranya remaja 8 orang, ibu hamil 4 orang.

lansia 5 orang, diantara 5 lansia tersebut 4 diantaranya mengalami kecemasan ringan dimana 1 lansia mengalami kecemasan sedang.

Hipertensi di Indonesia telah menduduki peringkat awal dari 10 diagnosa penyakit yang tidak menular terbanyak pada tahun 2018 dimana jumlah penderita mencapai 185.857 orang. Sebanyak 1 miliar orang didunia atau 1 dari 4 orang dewasa menderita penyakit hipertensi. Diperkirakan penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 miliar menjelang tahun 2025. Hipertensi dikenal sebagai *the silent killer* karena penyakit ini dapat menyebabkan kematian tanpa menimbulkan gejala apapun. Hipertensi baru akan terasa jika penyakit ini sudah mulai menyerang organ lainnya, seperti jantung, ginjal, atau ketika seseorang terkena stroke (Prima, 2022).

Hipertensi tidak hanya menyebabkan serangan jantung, hipertensi juga dapat menyebabkan masalah gagal jantung dimana saat jantung memompa darah ke seluruh tubuh, tekanan darah yang tinggi akan membuat jantung bekerja lebih keras. Lama kelamaan hal ini akan membuat otot jantung menjadi lebih besar (Prima, 2022). Hampir sebagian orang yang mengalami hipertensi mengalami kecemasan (ansietas) akibatnya akan membuat keadaan seseorang tersebut akan memburuk karena akibat dari hipertensi yang mereka ketahui akan menjadi pengalaman yang menakutkan (Norma, 2019).

Kebutuhan dasar manusia merupakan unsur-unsur yang dibutuhkan oleh manusia dalam mempertahankan keseimbangan fisiologis maupun psikologis yang tentunya bertujuan untuk mempertahankan kehidupan dan kesehatan. Konsep diri manusia memiliki peran dalam pemenuhan kebutuhan dasar. Konsep diri yang positif memberikan makna dan kebutuhan (*wholeness*) bagi

seseorang. Konsep diri yang sehat menghasilkan perasaan positif terhadap diri. Orang yang merasa positif tentang dirinya akan mudah berubah, mudah mengenali kebutuhan, dan mengembangkan cara hidup yang sehat, sehingga mudah memenuhi kebutuhan dasarnya (Potter dan Perry, 1997).

Sejalan dengan meningkatnya usia, manusia mengalami perkembangan. Setiap tahap perkembangan tersebut memiliki kebutuhan biologis, psikologis, sosial, maupun spiritual, mengingat berbagai fungsi organ tubuh mengalami proses kematangan dengan aktivitas yang berbeda (Potter dan Perry, 1997). Abraham Maslow dalam Potter dan Perry (1997), Kebutuhan rasa aman dan perlindungan dibagi menjadi perlindungan fisik dan psikologis, diantaranya fisik yaitu ancaman terhadap tubuh atau hidup yang dapat berupa penyakit, kecelakaan, bahaya dari lingkungan dan sebagainya, sedangkan psikologis yaitu kekhawatiran yang dialami seseorang terhadap adanya ancaman dari pengalaman yang baru dan asing.

Salah satu penatalaksanaan non farmakologi yang bisa dilakukan untuk mengurangi ansietas itu sendiri adalah dengan 4 cara yaitu, teknik relaksasi nafas dalam, teknik distraksi, teknik hipnotis 5 jari dan teknik spiritual. Teknik relaksasi merupakan suatu bentuk teknik yang melibatkan pergerakan anggota badan dan bisa dilakukan dimana saja yang juga dapat digunakan untuk mengatasi ansietas (Norma, 2019). Terapi yang dapat dilakukan untuk menurunkan ansietas yaitu terapi guided imagery. Terapi guided imagery termasuk kedalam terapi relaksasi meditasi. Terapi ini mengajarkan untuk relaksasi dengan cara menyuruh seseorang tarik nafas dalam kemudian tutup mata dan membayangkan sesuatu hal seperti lokasi, seseorang atau suatu kejadian yang membahagiakan dimana dapat membuat perasaan serta pikiran

menjadi rileks, tenang dan senang (Elvie, 2022). Guided imagery merupakan suatu teknik yang menggunakan imajinasi individu dengan jenis imajinasi terarah untuk mengurangi ansietas dan stress (Norma, 2019).

Berdasarkan fenomena yang ditemukan, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Asuhan Keperawatan Jiwa Komunitas Pada Ny. S Dengan Teknik *Guided Imagery* Untuk Menurunkan Ansietas Di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang Tahun 2023”**.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mampu memberikan “Asuhan Keperawatan Jiwa Komunitas Pada Ny. S Dengan Teknik *Guided Imagery* Untuk Menurunkan Ansietas Di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang Tahun 2023”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada Klien dengan hipertensi yang mengalami kecemasan di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang
- b. Mampu menegakkan diagnosa keperawatan pada klien dengan hipertensi yang mengalami kecemasan di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang
- c. Mampu menyusun rencana tindakan keperawatan pada klien dengan hipertensi yang mengalami kecemasan di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang

- d. Mampu mengimplementasikan asuhan keperawatan pada klien dengan hipertensi yang mengalami kecemasan di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang
- e. Mampu mengevaluasi masalah keperawatan pada klien dengan hipertensi yang mengalami kecemasan di Kelurahan Korong Gadang Kecamatan Kuranji Kota Padang

C. Manfaat KIAN

1. Bagi Penulis

Karya ilmiah ini bisa mengembangkan pengetahuan dan pengalaman di bidang keperawatan jiwa komunitas (CMHN) terutama dalam melaksanakan asuhan keperawatan dengan masalah ansietas serta mengaplikasikan materi yang didapatkan saat di bangku perkuliahan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Karya ilmiah ini bisa menjadi masukan dan sebagai sumber informasi untuk mahasiswa/i STIKes Alifah Padang dalam merencanakan strategi pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien dengan ansietas

3. Bagi Puskesmas

Memberikan masukan dan acuan bagi tenaga pelaksana keperawatan di instansi untuk menerapkan asuhan keperawatan dengan terapi *Guided Imagery* pada klien dengan ansietas.