

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan suatu peningkatan yang abnormal pada tekanan darah baik sistolik maupun diastolic. Penyebab utama hipertensi ini selain dari factor genetic dapat juga dipicu oleh pola hidup yang kurang sehat seperti pola makan, aktivitas, kebiasaan mengkonsumsi alcohol, kopi, merokok serta mengkonsumsi garam (Ikhwan et al., 2017). Kesadaran penderita hipertensi yang rendah dan juga penanganan yang kurang dapat menjadi komplikasi seperti stroke (Suprayitno & Huzaimah, 2020). Pada penderita hipertensi peningkatan sistolik maupun diastolic akan menimbulkan beban kerja jantung, dan jika hal ini berlangsung secara terus menerus akan menyebabkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Oktaviani, 2019).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular, penyakit ini bisa disebut juga *Silent Killer* karena tidak memiliki tanda dan gejala. Tetapi jika penyakit ini tidak segera ditangani maka akan menyebabkan komplikasi yang berat bahkan bisa merenggut nyawa penderitanya (Susilawati et al., 2020). Peningkatan tekanan darah tetap menjadi penyebab utama kematian secara global, terhitung 10,4 juta kematian pertahunnya. Secara global prevalensi hipertensi ini diperkirakan sampai 1,39 miliar orang pada tahun 2010 (Unger et al., 2020).

Menurut WHO 2015 dalam Kementerian Kesehatan RI, 2019 mengatakan bahwa 1,3 miliar orang di dunia terdiagnosis hipertensi dan setiap tahunnya akan meningkat, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi.

Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 yaitu sebanyak 45,9% pada usia 55-64 tahun, 63,8% pada usia 65-74 tahun dan usia lebih dari 75 tahun yaitu 63,8% (Oktaviani, 2019). Hipertensi ini juga tidak hanya menyerang lansia tetapi menyerang usia dewasa muda, pada data riskesdes tahun 2018 angka terjadinya hipertensi mencapai 34,1% pada usia diatas 18 tahun kejadian ini

meningkat dibandingkan pada tahun 2013 dengan presentasi 25,8%. Prevalensi ini mengalami peningkatan yang signifikan pada penderita hipertensi yang berusia diatas 60 tahun (Tirtasari & Kodim, 2019). Kejadian hipertensi di daerah Jawa Barat menduduki urutan ke-2 di Indonesia dengan prevalensi sebesar 39,60% dengan jumlah 48.161 orang. Bandung sendiri prevalensi penduduk dengan hipertensi sebanyak 41,36% dengan jumlah penduduk 3.381 orang (Riskesdas, 2018).

Penderita hipertensi yang cenderung acuh terhadap kondisinya atau tekanan tidak terkontrol akan mengalami penyakit kardiovaskular seperti gagal jantung, stroke, penyakit ginjal dan serangan jantung, dengan kondisi yang semakin parah akan berdampak pada keadaan ekonomi, psikologi dan keluarga (Kirom et al., 2021).

Tatalaksana hipertensi yang bisa dilakukan oleh penderita hipertensi ini bisa dengan dua cara yaitu: yang pertama terapi farmakologi, pengobatan farmakologi ini dengan cara mengkonsumsi obat anti hipertensi secara rutin secara teratur setiap hari dan sering melakukan pengecekan tekanan darah sesuai anjuran dokter (Utami & Raudatussalamah, 2017). Yang kedua yaitu terapi non-farmakologi, terapi ini bertujuan untuk mengurangi ketergantungan pada obat dan untuk mempertahankan kualitas hidup pasien dengan hipertensi (Ainurrafiq et al., 2019). Selain untuk mengurangi ketergantungan terapi non farmakologi, terapi ini menggunakan teknik relaksasi yang digunakan untuk mengurangi tingkat stress serta membantu untuk berbagai penyakit salah satunya yaitu penyakit kronis seperti sakit kepala, hipertensi, nyeri otot dan yang lainnya (Ekarini et al., 2019). Salah satu contoh terapi non farmakologi yaitu terapi akupunktur, terapi senam ergonomic dan terapi murrotal al-quran atau terapi music.

Teknik pemberian terapi imajinasi terbimbing (Guided Imagery) merupakan media yang sederhana dan tidak memerlukan biaya tambahan untuk menurunkan stress dan kecemasan serta dapat meningkatkan coping. Imajinasi Terbimbing ini juga aman dan nyaman diberikan pada kalangan anak-anak sampai orang tua.

Terapi ini menggunakan imajinasi seseorang dalam suatu cara yang dirancang secara khusus untuk mencapai efek positif tertentu (Daud & Muthmainnah, 2018).

Salah satu terapi yang direkomendasikan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah *Guided Imagery* atau bisa disebut terapi Imajinasi Terbimbing. Terapi ini merupakan terapi non farmakologi yang dapat di aplikasikan atau menjadi sebuah intervensi bagi penderita hipertensi. Teknik yang dilakukan pada terapi ini yaitu merangsang otak melalui imajinasi yang berpengaruh langsung pada system saraf, endokrin, endorphen dengan cara menurunkan tekanan darah sehingga cardiac output akan sesuai dengan ritme normal (Purqoti et al., 2020).

Menurut Purqoti et al., 2020 di dalam jurnalnya dikatan bahwa terapi imajinasi terbimbing ini dilakukan untuk mengendalikan tekanan darah yang dilakukan pada pengabdian masyarakat di daerah Bintaro kota Mataram. Dalam penelitiannya terapi imajinasi terbimbing atau *Guided Imagery* dilakukan selama 15 menit dan setelah selesai dimonitoring selama dua minggu. Setelah di evaluasi dan di monitoring pengetahuan penderita hipertensi meningkat dan dapat melakukan terapi ini.

Adapun dari jurnal lain dikatan bahwa terapi imajinasi terbimbing ini adalah salah satu aktifitas yang dapat digunakan untuk menurunkan persepsi nyeri menjadi berkurang. Pada penelitian ini responden 2 orang lansia penderita hipertensi. Cara yang dilakukan yaitu mengumpulkan data dengan cara wawancara, mengobservasi, dan pendokumentasian. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan terapi imajinasi terbimbing. Terapi ini dilakukan selama 14 hari (1 hari 1 kali pemberian terapi) selama 15 menit. Dari ke dua pasien yang dilakukan terapi selama 14 hari ini terdapat perubahan tekanan darah yang signifikan (Mia Oktaviani, 2019).

Berdasarkan riset Mc Kinney dalam Aswad & Susanto, 2019 imajinasi terbimbing memiliki efek terhadap suasana hati dan kortisol, imajinasi terbimbing ini juga mampu memberi kesan positif kepada suasana hati dan dapat

menstimulus kadar endorfin perifer. Terapi ini menjadi salah satu media yang baik untuk menjelajahi kesadaran dan memberi dinamika yang membawa pasien dalam ketenangan batin. Selain itu efek terapi imajinasi terbimbing terhadap pelepasan endorfin, dengan hasil bahwa terapi ini dapat menstimulus kadar endorfin perifer.

Effek *guided imagery* terhadap pelepasan Endorfin dengan hasil menunjukkan bahwa erapi ini dapat menstimulus kadar endorfin perifer. Guided imagery ini dapat menurunkan tekanan darah karena terdapat unsur terapi yang berfungsi untuk relaksasi atau untuk proses penyembuhan. Melalui terapi ini pasien akan terbantu untuk mengalihkan perhatian dari tekanan darah yang dirasakan dengan membayangkan hal-hal yang menyenangkan (Aswad & Susanto, 2019).

Sebagai petugas kesehatan, perawat memiliki peranan sebagai *care giver*. *care giver* adalah melakukan pembinaan keluarga untuk meningkatkan kemandirian keluarga binaan dengan menggunakan proses keperawatan. Terdapat pelayanan pemeriksaan fisik seperti mengukur tensi darah, menimbang berat badan, penyuluhan, konseling pengobatan sederhana sesuai dengan pendelegasian wewenang yang diberikan oleh dokter (Widyastuti & Utami, 2019). Perawat dapat membantu klien mengenal mengenai masalah kesehatan dan prosedur asuhan keperawatan untuk memulihkan dan memelihara status kesehatan. Dengan adanya informasi yang benar maka dapat meningkatkan pengetahuan pada penderita hipertensi. Maka dari itu diperlukannya penatalaksanaan dari perawat sebagai petugas kesehatan bertujuan untuk menghindari terjadinya komplikasi pada suatu penyakit.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, terapi imajinasi terbimbing atau disebut juga *Guided Imagery* ini bisa dilakukan untuk penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi. Dengan cara terapi ini pasien bisa merasakan ketenangan, terapi ini bisa dibimbing oleh perawat atau orang-orang yang telah memiliki ilmunya untuk di intervensikan kepada pasien dengan

hipertensi ini. Selain itu penelitian ini masih minim di jumpai, oleh karena itu penulis tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai terapi ini secara literature menggunakan pendekatan *Evidence Based Nursing* (EBN) mengenai “Pengaruh Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, bahwa kejadian hipertensi ini dari tahun ke tahun semakin meningkat secara terus menerus karena disebabkan oleh kurang terkontrolnya tekanan darah pada pasien dan penyakit hipertensi ini menjadi penyakit yang dikenal dengan the *silent disesases*. Terapi imajinasi terbimbing ini menjadi salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan pada pasien dengan hipertensi, maka rumusan masalah yang menjadi focus pada penelitian *Evidence Based Nursing* (EBN) mengenai “Bagaimana Pengaruh Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi berdasarkan kajian literature ?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum pembahasan ini yaitu mencari bukti ilmiah untuk melihat apakah ada Pengaruh Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini untuk mencari hal-hal yang ingin dicapai dalam penelitian ini. Adapun tujuan khusus dari penelitian ini antara lain:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden pada pada pemberian terapi Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*).
- b. Mengidentifikasi Pengaruh Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi.

- c. Membuat Standar Operasional Prosedur (SOP) mengenai terapi Imajinasi Terbimbing berdasarkan hasil temuan yang dapat dijadikan sebagai acuan dalam pemberian intervensi.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Dari hasil pencarian bukti ilmiah ini dapat dijadikan landasan keilmuan keperawatan medical bedah untuk dijadikan intervensi penurunan tekanan darah.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### a. Bagi Rumah Sakit

Penulisan ini dapat dijadikan sebagai bahan prosedur SOP pada pemberian intervensi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pasien dengan hipertensi. Karena intervensi ini mudah, ekonomis dan dapat dilakukan oleh semua orang.

###### b. Bagi perawat

Diharapkan bagi perawat bisa menggunakan intervensi non farmakologi ini untuk menangani pasien dengan hipertensi, agar bisa lebih cepat menurunkan tekanan darahnya.

###### c. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, serta sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya yang mengambil topic penelitian yang sama.

#### **E. Sistematika Penulisan**

Sistematika pada penulisan proposal ini melalui tahapan literature riview dengan pendekatan EBN yang berjudul “Pengaruh Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi.” maka dari itu penulis menguraikan dalam II BAB.

#### **BAB I PENDAHULUAN**

Pada BAB ini membahas latar belakang mengenai Pengaruh Imajinasi Terbimbing (*Guided Imagery*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pasien dengan Hipertensi., rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan dan sistematika pembahasan.

## **BAB II METODE**

Pada BAB ini menjelaskan tentang strategi pencarian bukti klinis serta tahapan-tahapan dalam EBN meliputi PICO (Populasi, Intervensi, *Comparison* dan *Outcome*).

## **BAB III HASIL DAN ANALISIS**

Pada BAB ini berisi tentang pembahasan dari hasil tinjauan literature yang terdiri dari tabel analisis artikel yang relevan.

## **BAB IV PEMBAHASAN**

Pada BAB ini berisi hasil dari literature artikel atau jurnal yang telah diambil, pembahasan ini dilakukan dengan cara membandingkan artikel yang sudah terbukti secara klinis terkait dengan intervensi yang sudah dilakukan secara valid dan dapat memberikan hasil yang baru.

## **BAB V PENUTUP**

BAB ini berisi simpulan dari pembahasan *Literature Review* yang menjawab tujuan dari *Literature Review* dan saran yang akan berkaitan dengan hasil simpulan.