BAB 1
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan darah sistolik atau diastolik meningkat melebihi ambang normal. Tekanan sistolik menunjukkan tekanan tertinggi pada arteri saat jantung berkontraksi dan memompa darah, sedangkan tekanan diastolik menggambarkan tekanan ketika jantung berelaksasi dan terisi kembali oleh darah. Apabila tidak ditangani secara adekuat, hipertensi dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular serta berbagai komplikasi sistemik, seperti gangguan fungsi ginjal, stroke, gagal jantung, infark miokard, dan retinopati (Nugraheni & Soleman, 2024, dalam Zahro et al., 2025). Di samping aspek fisiologis, respons psikologis berupa kecemasan kerap ditemukan pada penderita hipertensi. Instabilitas emosional dan tingkat ansietas yang tinggi terbukti berkontribusi secara signifikan terhadap eskalasi tekanan darah mekanisme respons stres (Sukiswanto & Rohana, 2020, dalam Ento et al., 2025).

World Health Organization (WHO, 2021) mencatatkan hipertensi dialami oleh > 1,2 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun, dan hanya sekitar satu dari lima penderita yang memiliki kontrol tekanan darah yang adekuat. Prevalensi Hipertensi global diperkirakan mencapai 22%, dengan angka tertinggi di kawasan Afrika (27%) dan Asia Tenggara (25%). Data tersebut mengindikasikan Hipertensi tetap sebagai permasalahan kesehatan utama yang membutuhkan penanganan berkelanjutan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi menurut diagnosis medis mengalami peningkatan bertambahnya umur, yakni 0,4% dalam kelompok umur 18–24 tahun; 1,8% dalam umur 25–34 tahun; 5,2% dalam umur 35–44 tahun; 11,8% dalam umur 45–54 tahun; 18,7% dalam umur 55–64 tahun; 23,8% dalam umur 65–74 tahun; serta 26,1% dalam umur di atas 75 tahun. Sementara itu, berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, prevalensinya mencapai 10,7%, 17,4%, 27,2%, 39,1%, 49,5%, 58,7%, dan 64,0% pada setiap kelompok usia tersebut secara berurutan

Berdasarkan jenis kelamin, angka penderita Hipertensi pada laki-laki berjumlah 26,9% sementara pada perempuan berjumlah 34,7%. Prevelensi penderita Hipertensi di Sumatera Utara meraih 25,4%. Dari data didapatkan informasi bahwa penderita Hipertensi di Indonesia mayoritas pengidapnya perempuan disandingkan laki-laki dan temuan survei pendahuluan yang di lakukan dilokasi kajian yaitu di dinas kesehatan

pandan pada tahun 2024 jumlah penderita Hipertensi sebanyak 47.568,345 jiwa, pada tahun 2025 jumlah 48.573,855 jiwa tidak merinci berdasarkan jenis kelamin.

Hipertensi mempunyai risiko tinggi dan kemungkinan besar muncul saat terjadi bencana. Ini disebabkan oleh sejumlah aspek Faktor fisik, psikologis, dan lingkungan dapat memengaruhi kesehatan seseorang setelah bencana. Kejadian seperti banjir, gempa bumi, atau bencana alam lainnya sering kali mengakibatkan stres berat dan mengganggu rutinitas serta pola hidup sehari-hari. Kondisi tersebut memengaruhi kesehatan secara keseluruhan, terutama dalam hal kenaikan tekanan darah. Kondisi ini sesuai dengan pendapat para peneliti yang dijalankan oleh Nugraha dan Yuwindri (2021) dalam riset Prajayanti et al (2026).

Menurut World Health Organization (2023), dijumpai jumlah penderita hipertensi diperkirakan mencapai 1,28–1,4 miliar orang. dalam situasi bencana alam. Kondisi ini disebabkan oleh beragam aspek seperti stres psikologis, perubahan pola hidup, keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan, serta terganggunya pengobatan rutin, yang dapat memicu kenaikan tekanan darah pada masyarakat terdampak bencana. Persoalan psikologis yang tidak ditangani secara tepat dapat memperburuk kondisi penderita hipertensi serta meningkatkan risiko depresi, gangguan tidur, perilaku bunuh diri, dan penurunan kualitas hidup.

Tindakan yang bisa dijalankan guna mengatasi kecemasan satu diantaranya merupakan melalui terapi farmakologis merupakan penanganan menggunakan sejumlah obata untuk mengurangi gejala ansietas dan bermaksud untuk memperkecil gejala ansietas yang dihadapi klien. Sementara itu, penanganan nonfarmakologis dapat dilakukan dengan membina hubungan saling percaya, meningkatkan kesadaran diri, memberikan perlindungan kepada klien, memodifikasi lingkungan, dan mendorong keterlibatan dalam berbagai aktivitas. Salah satu bentuk psikoterapi bagi pasien dengan masalah keperawatan ansietas ialah terapi hipnosis lima jari. Terapi tersebut berlandaskan teori bahwa tanda dan gejala fisiologis berkaitan dengan interaksi antara pikiran dan perilaku (Fajariyah, 2023).

Jika tidak di atasi kecemasan pada pasien hipertensi pasca bencana dapat berakibat fatal, karena kombinasi stres psikologis dan penyakit fisik ini secara bermakna menaikkan risiko komplikasi kardiovaskular. Kecemasan memicu sistem saraf simpatis, yang menaikkan tekanan darah secara tajam dan dapat mengakibatkan

pembuluh darah menyempit Penerapan teknik hipnosis lima jari pada pasien hipertensi menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan pada kedua partisipan setelah diberikan tindakan keperawatan. Riset yang dijalankan oleh Marbun, et all (2019).

Pemberian teknik hipnosis lima jari kepada penderita hipertensi yang mengalami ketegangan atau kecemasan dapat menghasilkan perubahan positif pada kondisi psikologisnya. Teknik tersebut memberikan efek relaksasi sehingga ketidaknyamanan yang dirasakan pasien dapat berkurang. Hasil ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Dewi (2021). Dalam Mukhodaroh, et al(2023).

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang tersebut, maka rumusan permasalahan dalam kajian ini merupakan ”Bagaimana penerapan Hipnotis Lima Jariuntuk mengurangi Anxietas pada pasien Hipertensi pasca bencana ?

C. Tujuan Studi Kasus

Tujuan Umum :

Mengilustrasikan implementasi Hipnotis Lima Jariuntuk mengurangi kecemasan pada pasien Hipertensi pasca bencana di kelurahan Sibuluan Raya pada tahun 2026.

Tujuan Khusus :

1. Menggambarkan karakteristik subjek studi seperti Pendidikan, jenis kelamin, pekerjaan, umur, serta nama.
2. Menggambarkan penerapan Hipnotis Lima Jariuntuk mengurangi Anxietas pada pasien Hipertensi pasca bencana di kelurahan Sibuluan Raya
3. Menggambarkan perbedaan Anxietas sebelum dan sesudah dengan penerapan Hipnotis Lima Jari

D. Manfaat Studi Kasus

Studi kasus ini di harapkan memberi manfaat bagi :

a. Bagi Subjek Peneliti (Pasien, keluarga dan masyarakat)
   kajian ini diinginkan bisa menyajikan kegunaan serta tambahan pemahaman mengenai penerapan Hipnotis Lima Jariuntuk memperkecil Anxietas pada pasien Hipertensi dan menaikkan kemandirian subjek riset menjalankan hipnotis lima jari
b. Bagi Tempat Peneliti

kajian ini diinginkan bisa memberi tambahan manfaat untuk klien di Sibuluan Raya dan untuk menambah petunjuk tentang pengembangan hipnitis lima jari untuk mengatasi persoalan Anxietas pada pasien Hipertensi

c. Bagi Institusi Pendidikan

Temuan Studi kasus ini diharapkan dapat berkontribusi terhadap peningkatan mutu pendidikan, menjadi sumber referensi dan bahan bacaan bagi Program Studi D-III Keperawatan Tapanuli Tengah, Kemenkes Poltekkes Medan, serta memperluas pengembangan ilmu dan teknologi terapan keperawatan dalam memenuhi kebutuhan pasien Anxietas pada pasien Hipertensi