

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Hipertensi termasuk dalam kelompok penyakit tidak menular yang dapat memicu masalah kesehatan yang sangat serius jika tidak segera ditangani. Hipertensi terjadi karena adanya peningkatan nilai tekanan darah di atas normal. Peningkatan ini berupa nilai sistolik dan diastolik yang menjadi paling sedikit 140/90 mmHg (Oktaviani, 2019). Seseorang dengan hipertensi pada umumnya tidak menyadari bahwa mereka mengalami hipertensi karena tidak adanya tanda dan gejala klinis yang dirasakan seperti tengkuk terasa tegang dan nyeri kepala walaupun tekanan darah di atas normal. Hipertensi yang tidak disadari dan tidak segera ditangani ini dapat menimbulkan berbagai komplikasi hingga dapat berakhir dengan kematian. Hal ini membuat hipertensi sering dijuluki sebagai “*The Silent Killer*” (Sita, Budiyo, & Mustayah, 2019).

Pada tahun 2015 *World Health Organization* (WHO) menyatakan sebanyak 1.33 miliar penduduk di dunia mengalami hipertensi. Yang berarti diantara 3 orang di dunia terdapat 1 orang yang menderita hipertensi. Menurut hasil Riskesdas (2018) angka kejadian hipertensi meningkat sepanjang tahun 2015 sampai 2018 dari 25,8% menjadi 34,1% terhitung pada penduduk usia di atas 18 tahun (Riskesdas, 2018). Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa jumlah penderita hipertensi di Indonesia dari tahun ke tahun terus meningkat. Depkes RI (2018) juga menyatakan bahwa penyakit hipertensi menduduki urutan ke-3 sebagai penyakit penyebab kematian

dengan mencapai angka 6,7% dari populasi kematian di Indonesia. Sedangkan data Dinkes kota Semarang pada tahun 2014 menyebutkan angka kejadian hipertensi yaitu 25.8% dengan jumlah kasus sebanyak 2063. Kemudian pada tahun 2015 meningkat menjadi 37% dan diprediksi pada tahun 2025 akan meningkat hingga 42% (Apriana, Rohana, & Simorangkir, 2017).

Keadaan tekanan darah yang tidak normal dan tidak segera ditangani dapat meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas. Meningkatnya dan menurunnya nilai tekanan darah dapat berpengaruh pada homeostatis dalam tubuh. Karena tekanan darah sebagai daya dorong untuk darah agar tetap mengalir di dalam arteri, kapiler dan sistem vena, sehingga terbentuklah aliran darah yang menetap (Anggara & Prayitno, 2013). Kemenkes (2014) menyatakan bahwa tekanan darah yang meningkat dalam jangka waktu yang lama dan menetap dapat menyebabkan rusaknya fungsi dari jantung, otak, dan ginjal apabila terus dibiarkan dan tidak mendapat pertolongan (Wijyantiningrum, Zakiyah, & Soemah, 2019).

Untuk mengurangi resiko terjadinya komplikasi berkelanjutan, terdapat tindakan yang dapat dilakukan yaitu dengan penatalaksanaan non-farmakologi berupa terapi relaksasi. Salah satu teknik relaksasi tersebut yaitu terapi *Guided Imagery* atau imajinasi terbimbing. Dimana sasaran dari terapi ini yaitu dengan menurunkan tingkat stress pada pasien. Terapi *Guided Imagery* dilakukan dengan mengharuskan seseorang untuk membayangkan suatu hal yang dapat membuat perasaan menjadi senang. Sehingga seseorang tersebut dapat fokus pada hal yang disukai dan mengabaikan masalah kesehatan yang diderita yaitu tekanan darah yang tidak normal (Setyani Iko, Arifianto, & Rohana, 2019).

Dalam penelitiannya Aswad (2019) menggunakan terapi *Guided Imagery* terhadap 12 pasien dengan hipertensi dan didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan imajinasi terpimpin yaitu tekanan darah menjadi menurun (Aswad, 2019). Sejalan dengan penelitian Susanti (2017) yang telah dilakukan dan diukur menggunakan uji *Wilcoxon Test* dalam penelitiannya didapatkan data  $p$  value tekanan darah sistole 0,001 dan diastole 0,001. Hasil menunjukkan bahwa  $p$  value  $<$ alpha (0,05) sehingga  $H_0$  ditolak, yang artinya terdapat perubahan terhadap tekanan darah pasien sebelum dan sesudah dilakukan terapi *Guided Imagery* (Susanti, Warsito, & Armunanto, 2017). Begitu juga penelitian yang dilakukan Sulistiyarini (2013) respon penderita hipertensi yang telah dilatih terapi *Guided Imagery* mengatakan bahwa jika melakukan pelatihan relaksasi dengan teratur dapat mengurangi gangguan fisik yang berkaitan dengan hipertensi (Sulistiyarini, 2013).

Survey pendahuluan yang telah dilakukan oleh penelenti di RSI Sultan Agung Semarang diperoleh data pasien hipertensi rawat jalan total pada bulan April-Juni 2020 terdapat 246 pasien, sedangkan rata-rata pasien hipertensi perbulan sebanyak 83 orang. Perawat menyatakan bahwa belum pernah menerapkan terapi relaksasi *Guided Imagery* sebagai penatalaksanaan non-farmakologi untuk pasien dengan hipertensi.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul pengaruh terapi *Guided Imagery* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi RS Islam Sultan agung Semarang.

## B. Rumusan Masalah

Angka terjadinya hipertensi di Indonesia tiap tahun terus meningkat, khususnya di Jawa Tengah. Peningkatan ini sangat beresiko terhadap timbulnya masalah-masalah baru pada kondisi kesehatan pasien hingga terjadi komplikasi serius. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan berfokus pada faktor yang dapat dikendalikan (minor) berupa terapi nonfarmakologi yaitu *Guided Imagery*. Oleh sebab itu peneliti ingin mengetahui pengaruh terapi *Guided Imagery* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh terapi *Guided Imagery* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

### 2. Tujuan Khusus

Peneliti memiliki tujuan khusus, yaitu sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden.
2. Mengidentifikasi tekanan darah sebelum dilakukan terapi *Guided Imagery*.
3. Mengidentifikasi tekanan darah setelah dilakukan terapi *Guided Imagery*

4. Menganalisis pengaruh terapi *Guided Imagery* terhadap tekanan darah pasien.

#### **D. Manfaat**

1. Bagi pasien

Dapat merasakan manfaat dari diberikannya terapi *Guided Imagery*.

2. Bagi pelayanan keperawatan

Dapat dijadikan sebagai bukti nyata akan adanya pengaruh terapi *guided imagery* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi pendidikan keperawatan

Hasil penelitian dapat dijadikan sumber bahan informasi. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan oleh profesi keperawatan dalam mengetahui adanya pengaruh terapi *guided imagery* terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

