

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sehat dan sakit merupakan bagian dari kehidupan manusia yang tidak dapat di hindari selama kita masih hidup . Tetapj kebanyakan manusia menganggap sehat saja yang memiliki makna sebaliknya sakit di anggap sebagai beban dan penderitaan

Gejala psikologis seperti ansietas banyak dialami oleh penderita hipertensi, apabila keadaan emosional pada lansia mengalami perubahan dapat menyebabkan tekanan darah yang tidak stabil dan menyebabkan menurunnya kualitas hidup pada penderita hipertensi(Nurkamila et al., n.d.). Ansietas itu sendiri merupakan salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi hipertensi. Reaksi umum individu terhadap ancaman-ancaman rasa sakit dari luar yang tidak siap ditanggulangi akan menjadi rasa takut. Kewalahan dalam menghadapi stimulasi berlebihan yang tidak berhasil dikendalikan oleh ego itulah yang akhirnya menjadikan seseorang diliputi rasa cemas (Ghufron dan Risnawita, 2014).

Ansietas merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman (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 dari pada (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. Berdasarkan data Kemenkes sepanjang tahun 2020, sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan, lebih dari 23.000 mengalami depresi.

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 05 Kecamatan Kalumbuk pada tanggal 22-24 Juli 2024 di dapatkan bahwa dari 100 KK didapatkan data kecemasan 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. Salah satu penatalaksanaan non farmakologi yang bisa dilakukan untuk mengurangi ansietas itu sendiri adalah dengan cara teknik relaksasi. 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). Teknik relaksasi terbagi menjadi 4 macam yaitu, relaksasi otot (*progressive muscle relaxation*), pernafasan (*diafrag breathing*), meditasi (*attention-focussing exercises*), dan relaksasi perilaku (*behavioral relaxation training*). Terapi yang dapat dilakukan untuk menurunkan ansietas yang 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 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 Ansientas Di Kelurahan Kalumbuk tahun 2024.

B. Tujuan penulisan

1. Tujuan umum

Mampu memberikan “Asuhan Keperawatan Jiwa Komunitas Pada Ny S. Dengan Teknik *Guidged Imagery* Untuk menurunkan Ansietas Di Kelurahan Kalumbuk Tahun 2024”

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu melakukan pengkajian pada klien dengan Hipertensi yang mengalami Ansietas di Kelurahan Kalumbuk Kota Padang
- b. Mampu menegakkan diagnose keperawatan pada klien dengan hipertensi yang mengalami Ansietas di kelurahan Kalumbuk Kota Padang
- c. Mampu menyusun rencana tindakan keperawatan pada Klien dengan hipertensi yang mengalami Ansietas di Kelurahan Kalumbuk Kota Padang
- d. Mampu mengimplementasikan asuhan keperawatan pada klien dengan hipertensi yang mengalami Ansietas di Kelurahan Kalumbuk Kota Padang
- e. Mampu mengevaluasi masalah keperawatan pada klien dengan hipertensi yang mengalami Ansietas di Kelurahan Kalumbuk Kota Padang

C. Manfaat KIAN

1. Bagi penulis

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

2. Bagi Institusi Pendidikan

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

3. Bagi puskesmas

Memberikan masukan dan acuan bagi tenaga pelaksanaan keperawatan di inditasi untuk menerapkan asuhan keperawatan dengan terapi *Guidged imagery* pada klien dengan ansietas.