

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit kardiovaskuler yang banyak menyebabkan kematian, sekarang menjadi masalah utama bagi kita semua diseluruh dunia. Penyebabnya ada yang dapat di ketahui karena penyakit penyerta seperti diabetes mellitus dan ada yang tidak diketahui penyebabnya dikenal dengan hipertensi esensial, sering hipertensi di temukan secara tidak sengaja pada saat pemeriksaan kesehatan rutin atau datang dengan keluhan penyakit lainnya. Hipertensi menjadi faktor resiko ke tiga terbesar yang menyebabkan kematian dikarenakan penyakit ini populer diidap masyarakat sehingga menjadi peningkatan penyakit tidak menular (PTM). Hipertensi salah satu penyebab utama terjadinya gagal jantung, stroke, dan juga gagal ginjal. Gaya hidup (*life style*) dari masyarakat yang buruk menjadikan penyakit hipertensi sebuah tantangan dalam kesehatan. Hingga saat ini, hipertensi masih sulit disembuhkan sehingga individu dan keluarga mendapatkan beban karena dampak dari penyakit tersebut.

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 diseluruh dunia sekitar 1,13 miliar orang menderita hipertensi sebanyak kurang lebih 60% pasien hipertensi berada di negara berkembang seperti Asia tenggara dengan prevalensi hipertensi sebesar 25%, termasuk negara kita Indonesia. Secara nasional di Indonesia hasil Riskesdas 2021 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi sebesar 34,11%. Profil Dinkes

Provinsi Bali menyatakan pasien hipertensi mengalami peningkatan di tahun 2019 sebanyak 820.878 jiwa dan pada tahun 2021 sebesar 738.123 (Dinkes Provinsi Bali, 2021). Hasil studi pendahuluan Puskesmas yang tersebar di Kota Denpasar pasien Hipertensi berusia ≥ 15 tahun prevalensi pasien Hipertensi tertinggi terjadi di Puskesmas II Denpasar Barat (29.642 kasus). Sedangkan prevalensi terendah terdapat di Puskesmas IV Denpasar Selatan (7.299 kasus). (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2021). Berdasarkan data kunjungan yang di dapatkan pasien hipertensi usia >15 tahun di Puskesmas II Denpasar Barat data yang mendapat pelayanan kesehatan sebesar 29.642 kasus pada tahun 2022 dan pasien hipertensi yang berkunjung di Puskesmas II Denpasar Barat pada bulan januari 2023 sebanyak 220 pasien.

Penyakit hipertensi selain mengalami gangguan secara fisik pasien hipertensi juga mengalami gangguan psikologis seperti stres. Penelitian Candra, dkk (2017) di Puskesmas kuta utara sebanyak 70 sampel dengan hasil sebelum diberikan perlakuan relaksasi progresif 17 orang (48,58%) dan perlakuan meditasi 20 orang (57,14%). Penelitian Lumbantobing (2021) hasil tingkat stres responden sebanyak 6 responden (10.5%) mengalami stres ringan, sebanyak 47 responden (82.5%) mengalami stres sedang dan stres berat sebanyak 4 responden (7%).

Dampak utama tekanan darah tinggi ketika seseorang mengalami stres, hormon *adrenalin* akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (dorongan pada pembuluh darah yang membawa darah dari jantung dan menyebarkan darah yang beroksigen ke seluruh tubuh). Ketika stres berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut

akan mengalami hipertensi (Kirana, 2022). Hipertensi yang dipicu oleh stres mengakibatkan tubuh menjadi mengalami ketegangan dan menimbulkan reaksi emosional.

Salah satu upaya yang dilakukan untuk mengatasi stres dengan metode terapi *non farmakologi*. Pengobatan hipertensi bergeser dari *farmakologi* ke *non farmakologi* karena obat anti hipertensi memiliki efek samping yang ditimbulkan dan tergantung obat seumur hidup bagi pasien. Salah satu manajemen *non farmakologi* yaitu *Afirmasi positif* atau *self-affirmation* merupakan terapi *psikologis* dengan mengucapkan kalimat positif sederhana kepada diri sendiri secara berulang kali dapat menurunkan tingkat stress. Penelitian sebelumnya yang dilakukan untuk membandingkan pengaruh *self-healing* metode *deep breathing* dan *afirmasi positif* dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi esensial di kabupaten Kulon Progo (Dian, dkk 2017). Pada penelitian Feri Andrianto, dkk (2021) Terapi afirmasi positif juga dapat memberikan dampak fisik dan psikis berupa ketenangan yang disebabkan oleh adanya hormon anti stress, memberikan rasa rileks dan membentuk respon emosional yang positif pada penderita hipertensi, menurunkan tekanan darah dan menurunkan ketegangan tubuh. Hasil uji Mann Whitney pada penelitian ini menunjukkan nilai P sebesar 0,000 pada kelompok terapi afirmasi positif dengan nilai $\alpha < 0,05$, sehingga H_a diterima dan H_o ditolak, hal ini menunjukkan bahwa terapi afirmasi positif berpengaruh terhadap penurunan stres pada pasien hipertensi di Desa Paranggupito, Kecamatan Paranggupito, Kabupaten Wonogiri.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti berharap dapat membuktikan Adanya Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Penurunan Stres Pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan yang ingin diteliti adalah “Apakah Ada Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Penurunan Stres Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023.? ”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum tujuan penelitian ini untuk membuktikan “Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Penurunan Stres Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat stres pada pasien hipertensi sebelum diberikan terapi afirmasi positif di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023.
- b. Mengidentifikasi tingkat stres pada pasien hipertensi sesudah diberikan terapi afirmasi positif di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023.
- c. Menganalisis pengaruh terapi afirmasi positif terhadap penurunan stres pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Barat tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah di bidang keperawatan jiwa dalam pengembangan ilmu mengenai Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Penurunan Stres Pada Pasien Hipertensi.
 - b. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai Pengaruh Terapi Afirmasi Positif Terhadap Penurunan Stres Pada Pasien Hipertensi.
2. Manfaat Praktis
 - a. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi penderita hipertensi di masyarakat dalam meminimalisir tingkat stres.
 - b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan tenaga Kesehatan untuk memberikan terapi afirmasi terhadap penurunan stres pada pasien hipertensi.