

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang menuntut pasien menjalani pengobatan dan perubahan gaya hidup dalam jangka panjang, sehingga kondisi ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik, namun juga rentan menimbulkan tekanan psikologis bagi penderitanya (Fan *et al.*, 2025). Tuntutan pengelolaan penyakit secara berkelanjutan, aktivitas fisik yang terbatas, serta kekhawatiran terhadap terjadinya komplikasi jangka panjang dapat menimbulkan tekanan psikologis yang meningkatkan risiko munculnya kecemasan pada pasien hipertensi (Fatima *et al.*, 2025). Kecemasan yang berlangsung secara terus-menerus dapat mengaktifkan sistem saraf simpatik, sehingga meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah. Kondisi ini berpotensi memperburuk kontrol tekanan darah dan mempercepat perkembangan komplikasi hipertensi (Ari dkk., 2025). Oleh karena itu, kecemasan menjadi salah satu masalah psikologis yang sering dijumpai pada pasien hipertensi. Temuan tersebut didukung oleh penelitian Kandasamy *et al.* (2025) yang melaporkan bahwa kecemasan merupakan kondisi psikologis yang umum dialami pasien hipertensi. Sejalan dengan itu, Fatima *et al.* (2025) menemukan bahwa kecemasan berat merupakan bentuk kecemasan yang paling dominan dialami oleh pasien hipertensi.

Menurut *World Health Organization* (2025) jumlah kasus hipertensi terus meningkat secara global. Tercatat kasus hipertensi mencapai 1,3 miliar kasus pada tahun 2019 dan meningkat menjadi 1,4 miliar kasus pada tahun 2024, atau meningkat 7.7% selama periode tersebut. Menurut Survei Kesehatan Indonesia

(2023) prevalensi hipertensi di Indonesia sekitar 34.1% pada tahun 2018 dan menjadi 30.8% pada tahun 2023, kasus menurun sebesar 3.3% namun angkanya tetap tinggi (>30%) dari rata-rata global dan menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Sejalan dengan tren tersebut, Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2024) mencatat jumlah kasus hipertensi 309.173 kasus pada tahun 2023 dan meningkat menjadi 396.996 kasus pada tahun 2024. Terjadi kenaikan sebesar 28.4% dalam satu tahun dengan kasus hipertensi pada perempuan dilaporkan lebih tinggi, yakni 199.367 (50,22%) kasus dan laki-laki sebanyak 197.629 (49.78%) kasus. Dinas Kesehatan Kota Denpasar (2024) menunjukkan fluktuasi tajam kasus hipertensi sekitar 100.569 kasus di tahun 2022, turun 84.2% menjadi 15.914 kasus di tahun 2023, dan naik menjadi 30.694 kasus di tahun 2024. Kenaikan sebesar 92.9% di tahun 2023-2024 mengindikasikan peningkatan kasus hampir dua kali lipat dan menempatkan Kota Denpasar pada peringkat ketiga kenaikan tertinggi di Provinsi Bali (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2024). Data UPTD I Puskesmas Denpasar Selatan juga menunjukkan pola fluktuatif pada kasus hipertensi, dengan 3.834 kasus pada tahun 2022, menurun 65.4% menjadi 1.328 kasus pada tahun 2023, kemudian kembali meningkat menjadi 3.775 kasus pada tahun 2024. Lonjakan 184.3% setelah penurunan ini mencerminkan ketidakstabilan pengendalian hipertensi dan masih tingginya potensi beban kasus di tingkat pelayanan kesehatan primer (Dinas Kesehatan Kota Denpasar, 2024).

Kecemasan yang dialami pasien hipertensi memberikan dampak multidimensional yang saling berkaitan dan memperburuk kondisi klinis pasien secara keseluruhan (Wang *et al.*, 2024). Menurut Ari dkk. (2025) kecemasan yang

berlangsung terus-menerus dapat meningkatkan aktivasi sistem saraf simpatis sehingga menyebabkan peningkatan denyut jantung dan tekanan darah. Alkadi *et al.* (2025) menemukan bahwa tingkat kecemasan yang lebih tinggi berhubungan dengan rendahnya kepatuhan pengobatan ($p = 0,007$), sehingga dapat menghambat pengendalian tekanan darah. Fatima *et al.* (2025) melaporkan tekanan psikologis yang cukup tinggi pada penderita hipertensi berupa kecemasan sangat berat sebagai kondisi yang paling dominan terutama pada pasien dikelompok usia ≥ 55 tahun, status sosial ekonomi yang rendah, kurang dukungan sosial, lama menderita hipertensi, serta adanya keterbatasan aktivitas. Kandasamy *et al.* (2025) menunjukkan bahwa perempuan dan BMI ≥ 25 berhubungan secara signifikan dengan kecemasan ($p < 0,05$). Kecemasan pada pasien hipertensi perlu ditangani secara serius karena dapat memperburuk kondisi psikologis serta berhubungan dengan rendahnya kepatuhan pengobatan dan berpotensi mempercepat terjadinya komplikasi organ target.

Upaya untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi dapat dilakukan melalui terapi farmakologi maupun non farmakologi. Terapi non farmakologi yang umum digunakan, yaitu terapi perilaku, terapi perilaku kognitif (CBT), psikoedukasi, terapi psikodinamik, terapi relaksasi, dan *dance movement therapy* (DMT) (Papola *et al.*, 2024; Peng *et al.*, 2024). Penelitian Koch *et al.* (2019) menemukan bahwa DMT memiliki pengaruh positif terhadap kondisi psikologis, termasuk penurunan gejala kecemasan (ukuran efek $d = 0,47$) pada berbagai populasi dewasa, meskipun heterogenitas intervensi cukup tinggi. DMT merupakan bentuk psikoterapi berbasis gerak dan tari yang berperan dalam integrasi aspek emosional, sosial, kognitif, dan fisik individu (Zhang & Wei, 2024). Sumirta dkk.

(2025) menegaskan bahwa integrasi prinsip DMT dengan tari berbasis budaya lokal efektif dalam menurunkan kecemasan, stres, dan beban emosional. Pendekatan berbasis budaya meningkatkan penerimaan, keterlibatan emosional, dan rasa kebersamaan. Devy (2019) menemukan bahwa praktik tari tradisional Rejang Renteng secara signifikan mengurangi tingkat stres di antara perempuan dalam kelompok masyarakat ($p = 0,001$). Tari Rejang Renteng merupakan tari tradisional Bali yang dipertunjukan oleh perempuan dan ditarikan berkelompok dengan gerakan tari yang sederhana (Dinas Kebudayaan Kabupaten Buleleng, 2022).

Intervensi berbasis tari pada pasien hipertensi selama ini lebih banyak difokuskan pada perbaikan parameter fisik, seperti tekanan darah dan fungsi kardiovaskular, sementara aspek psikologis khususnya kecemasan masih kurang mendapatkan perhatian dalam evaluasi ilmiah. Kecemasan pada pasien hipertensi bukan sekadar kondisi penyerta, namun merupakan faktor yang dapat memperburuk kontrol tekanan darah dan kepatuhan pengobatan (Alkadi *et al.*, 2025). Hingga saat ini, belum terdapat bukti yang spesifik mengevaluasi pengaruh terapi seni berbasis tari tradisional, khususnya Tari Rejang Renteng dalam menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi. Ketiadaan bukti ini menunjukkan adanya kesenjangan klinis dan ilmiah, terutama dalam upaya menghadirkan intervensi non-farmakologis yang mampu menjawab kebutuhan fisik sekaligus psikologis pasien. Oleh karena itu, penelitian mengenai penggunaan DMT berbasis Tari Rejang Renteng menjadi penting untuk mengevaluasi secara objektif pengaruhnya terhadap penurunan kecemasan pada pasien hipertensi. Penelitian ini menggunakan DMT berupa Tari Rejang Renteng sebagai intervensi untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi. Pendekatan ini diharapkan tidak

hanya memberikan manfaat psikologis berupa penurunan kecemasan, tetapi juga mendukung pemulihan penyakit secara holistik melalui peningkatan relaksasi, regulasi emosi, dan kualitas hidup pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka rumusan masalah adalah “Apakah Ada Pengaruh Terapi Seni: Tari Rejang Renteng terhadap Kecemasan pada Pasien Hipertensi di UPTD 1 Puskesmas Denpasar Selatan Tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi seni: Tari Rejang Renteng terhadap kecemasan pada pasien hipertensi di UPTD 1 Puskesmas Denpasar Selatan Tahun 2026.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi kecemasan pada pasien hipertensi sebelum diberikan terapi seni: Tari Rejang Renteng di UPTD 1 Puskesmas Denpasar Selatan Tahun 2026.
- b. Mengidentifikasi kecemasan pada pasien hipertensi sesudah diberikan terapi seni: Tari Rejang Renteng di UPTD 1 Puskesmas Denpasar Selatan Tahun 2026.
- c. Menganalisis pengaruh terapi seni: Tari Rejang Renteng terhadap kecemasan pada pasien hipertensi di UPTD 1 Puskesmas Denpasar Selatan Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan jiwa, khususnya terkait terapi non-farmakologis dalam menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. Selain itu, penelitian ini

diharapkan dapat memperkaya kajian teoritis mengenai pemanfaatan terapi seni berbasis budaya lokal, khususnya Tari Rejang Renteng, sebagai salah satu pendekatan terapeutik dalam keperawatan. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah dan referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji intervensi budaya lokal dalam upaya peningkatan kesehatan mental pasien hipertensi.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pilihan intervensi suportif yang sistematis, aman, dan mudah diterapkan dalam layanan kesehatan primer, membantu mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi dasar praktik berbasis bukti bagi perawat dalam mengintegrasikan terapi seni yang berlandaskan budaya lokal ke dalam perawatan keperawatan yang komprehensif, sehingga tidak hanya fokus pada pengelolaan tekanan darah tetapi juga memperhatikan kesejahteraan psikologis pasien. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu fasilitas kesehatan dalam merancang program promotif dan preventif yang lebih komprehensif serta meningkatkan keterlibatan pasien dalam manajemen penyakit dengan pendekatan yang sejalan dengan nilai dan konteks budaya yang ada.