

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup masyarakat di dunia saat ini mengalami perubahan, ditambah dengan kemajuan teknologi, peningkatan kesejahteraan dan pertumbuhan ekonomi berdampak pada menurunnya kesehatan masyarakat (Risprawati, 2019). Aktivitas fisik dan olahraga yang jarang dilakukan serta perubahan kebiasaan memasak menjadi kebiasaan makan makanan cepat saji yang tinggi gula, garam dan lemak jenuh merupakan faktor yang berkontribusi terhadap masalah kesehatan. (Khaerunnisa et al, 2016).

Menurut American Heart Association (AHA) tahun 2012 dilaporkan bahwa ada 5,7 juta penduduk Amerika Serikat yang menderita gagal jantung dan terjadi peningkatan menjadi 6,6 juta jiwa pasien yang menderita gagal jantung dan diperkirakan akan bertambah sebanyak 3,3 juta jiwa pada tahun 2030 (Pradana et al, 2017).

Masalah utama di dunia yang disebabkan oleh perubahan gaya hidup di negara maju dan berkembang saat ini salah satunya adalah penyakit jantung (Nirmalasari, 2017). Data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016 menunjukkan bahwa pada tahun 2015, 5% atau 23 juta dari total kematian disebabkan oleh gagal jantung.

Prevalensi gagal jantung di Asia Tenggara mencapai 3 kali lipat jika dibandingkan dengan negara Eropa dan Amerika yaitu sebesar 4.5–6.7% : 0.5–2% (Lam, 2015). Di Indonesia sendiri prevalensi *Congestive Heart Failure* (CHF) adalah sebesar 0,3% dari total jumlah penduduk di Indonesia. Data prevalensi penyakit ditentukan berdasarkan hasil wawancara pada responden umur ≥ 15 tahun (Risprawati, 2019).

Gagal jantung merupakan penyakit dengan angka kematian tertinggi. Pasien gagal jantung yang menjalani terapi pengobatan yang lama dan sering keluar masuk rumah sakit akan berdampak terhadap kecemasan yang dirasakan oleh pasien terhadap penyakit yang dialaminya (Hasibuan, 2018). Salah satu dampak yang dialami merupakan reaksi psikologis terhadap dampak dari penyakit gagal jantung yang dihadapi oleh pasien (Zaviera, 2007).

Gejala – gejala pada pasien gagal jantung yang muncul seringkali berpengaruh pada kondisi psikologis tidak hanya kecemasan namun terdapat kondisi berduka dan ketidakberdayaan. klien dengan gagal jantung kongestif seringkali ditemukan memiliki masalah kecemasan bahkan bisa menjadi harga diri rendah akibat depresi yang dialami karena kondisi fisiknya tersebut (Khaerunnisa et al, 2016).

Ada beberapa faktor yang dapat membuat pasien dengan gagal jantung mengalami kecemasan seperti pasien takut akan kondisi fisiknya yang lemah, khawatir bila penyakitnya tidak bisa sembuh karena jantung adalah organ yang penting dan ketika jantung mulai rusak maka kesehatan juga terancam, menjalani terapi pengobatan yang lama dan sering keluar masuk rumah sakit, prognosis penyakit dan manifestasi yang memburuk, bagaimana cara pengobatan yang akan ditempuh selanjutnya, berapa besar biaya yang akan dihabiskan, berapa lama waktu penyembuhan penyakitnya, sampai memikirkan tentang kematiannya sehingga pasien terlihat gelisah, sulit istirahat dan tidak bergairah saat makan (Polikandrioti et al, 2019).

Pemberian rawatan berulang dan pengobatan yang lama pada pasien gagal jantung dapat menyebabkan gangguan pada aspek psikologis atau stressor psikososial yang memicu adanya emosi negatif seperti kecemasan, depresi, rasa putus asa, rasa khawatir, dan rasa takut akan kematian (Hasibuan, 2018). Masalah psikososial pada pasien gagal jantung harus diselesaikan

karena akan memperlambat proses penyembuhannya, lebih berat gejala fisik yang dialaminya dan lebih lama proses penyembuhan penyakitnya (Brunner & Suddarth, 2009).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Friedmann (2016) menunjukkan prevalensi kecemasan pada pasien gagal jantung mencapai angka 46%. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecemasan pada pasien gagal jantung juga dapat meningkatkan angka kematian. Kematian pada pasien gagal jantung yang mengalami kecemasan terjadi sebanyak 15 dari 21 pasien. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Chen (2019) di Cina dari 5794 pasien yang memiliki penyakit jantung terdapat 95% pasien yang mengalami kecemasan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati (2021) terdapat 30 pasien rawat jalan gagal jantung di rumah sakit umum di Indonesia terdapat 60% pasien mengalami kecemasan.

Dalam menurunkan kecemasan, banyak cara dan terapi yang dapat dilakukan yaitu dengan hipnotis 5 jari, Teknik napas dalam, mendengarkan murottal, terapi pemaparan, terapi perilaku kognitif, terapi perilaku dialektika, dzikir, dan juga terapi seni. Pada pasien yang mengalami kecemasan dapat dibantu dengan terapi nonfarmakologis relaksasi hipnotis 5 jari karena terapi ini memiliki banyak manfaat besar bagi pasien yang mau menerapkannya (Anggraheni, 2019). Terapi relaksasi hipnotis 5 jari memberikan dampak psikologis ke arah positif, karena apa yang didengarkan dan disampaikan ke otak untuk dipersepsikan menjadi suatu hal yang baik sehingga dengan terapi ini gelombang otak akan berada pada frekuensi 7-14 Hz, dimana ini merupakan keadaan yang optimal untuk energi otak karena dapat menghilangkan stress dan menurunkan kecemasan (Nur'aeni, 2017)

Hasil Studi pendahuluan yang dilakukan penulis, penulis mendapatkan 3 pasien di bangsal khusus penyakit jantung, pasien dengan gagal jantung memiliki riwayat penyakit hipertensi dan kebiasaan makan tanpa mengurangi garam, ini bisa menjadi risiko munculnya gagal

jantung dan kecemasan akan penyakitnya masing – masing. Berdasarkan masalah diatas, penulis mengambil 1 pasien untuk di Kelola, pasien tersebut berusia 61 tahun dan di rasa unik oleh penulis karena dengan umur 61 tahun yang termasuk lansia ini sekaligus menderita penyakit gagal jantung dan kecemasan. selain itu juga penulis melihat bahwa di RS PKU Gamping perawat hanya melihat dan berfokus kepada masalah fisik saja. Pada pasien yang memiliki gagal jantung perlu diperhatikan masalah kesehatan mental seperti kecemasan sehingga perawat dapat mencegah terjadinya kematian dan perburukan kondisi yang disebabkan oleh kecemasan. Oleh sebab itu penulis tertarik untuk mengambil kasus masalah keperawatan kecemasan pada pasien dengan gagal jantung melalui pendekatan terapi relaksasi hipnotis 5 jari untuk mengurangi kecemasan pasien sesuai dengan kemampuan.

B. Tujuan Penulisan

Tujuan umum penulis adalah melakukan studi kasus pada pasien gagal jantung dengan masalah keperawatan kecemasan di PKU Muhammadiyah Gamping

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Pasien

Hasil penulisan ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pasien dengan mengurangi kecemasan pada pasien.

2. Bagi Peneliti

Hasil penulisan ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan penulis dalam melakukan asuhan keperawatan yang komperhensif pada pasien gagal jantung dengan kecemasan.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penulisan ini diharapkan dapat meningkatkan peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien gagal jantung dengan kecemasan.

4. Bagi Perkembangan Ilmu

Hasil penulisan ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang keperawatan jiwa dan sebagai inovasi perawatan komprehensif pada pasien gagal jantung dengan kecemasan.