

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan tekanan darah yang terus-menerus pada dinding arteri adalah ciri khas hipertensi, penyakit medis kronis. Gangguan ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk menjaga aliran darah ke seluruh tubuh, yang dapat merusak pembuluh darah jika tidak ditangani dalam waktu lama (Octaviane, Nina, Pakpahan, Maspupah, & Debora, 2022). Salah satu penyebab utama tingginya angka kesakitan (morbiditas) dan kematian (mortalitas) di masyarakat adalah hipertensi (Megawati Sibulo, Alfian Mas'ud, Najman Najman, & A. Sri Ulfi Nofriati, 2025). Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dari tahun 2024, ada sekitar 1,4 miliar orang di seluruh dunia berusia antara 30 dan 79 tahun yang menderita hipertensi; mayoritas, atau sekitar dua pertiganya, tinggal di negara berpenghasilan rendah hingga menengah.

Menurut data Kemenkes, (2023), prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami penurunan, tahun 2018 sebesar (37,57%) sedangkan pada tahun 2023 sebesar (30,8%). Menurut data Kemenkes tahun 2023, Berdasarkan temuan pengukuran pada populasi usia 18 tahun, angka kejadian hipertensi tercatat paling tinggi berada di Kalimantan Tengah dengan persentase 40,7%, sementara angka terendah ditemukan di Papua Pegunungan yaitu sebesar 19,9%.

Menurut data Kemenkes, (2023), prevalensi hipertensi di provinsi Jawa Tengah menempati posisi tertinggi kelima sebesar (32,9%), dibandingkan pada tahun 2018 menempati posisi tertinggi keempat sebesar (37,57%). Sedangkan

Persentase pelayanan kesehatan hipertensi sebesar 62,3% pada tahun 2023 dan meningkat menjadi 72,9% pada tahun 2024, menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan.

Berdasarkan hasil data Dinas Kabupaten Grobogan tahun 2024, Puskesmas Toroh 2 menempati posisi tertinggi ke 11 dari 30 Puskesmas dengan sasaran hipertensi sebanyak 12.717 jiwa, sedangkan yang telah mendapatkan pelayanan pengobatan sebanyak 10.463 jiwa. Berdasarkan hasil data Puskesmas Toroh 2 berdasarkan pengukuran yang dilakukan pada populasi orang yang berusia minimal 15 tahun pada bulan Januari-September 2025, Desa Kenteng menempati posisi tertinggi ke 2 dari 6 Desa dengan sasaran 1.974 jiwa, sedangkan yang telah mendapatkan pelayanan pengobatan sebanyak 908 jiwa.

Menurut Zahro, Sunanto, & Rahmat, (2025), hipertensi juga disebut sebagai "silent killer" atau "Silent Killer" karena biasanya tidak menunjukkan tanda-tanda konvensional dan hanya teridentifikasi ketika konsekuensi besar terjadi. Menurut Kementerian Kesehatan (2017), komplikasi akibat hipertensi dapat mengakibatkan stroke hingga 51%, penyakit jantung koroner 45%, dan 4% kebutaan dan gagal ginjal (Amalia, Rokhayati, & Hapsari, 2020). Temuan penelitian yang dilakukan oleh Surya Mandala Abi, Esfandiari, & K.N Anton, (2020), penderita hipertensi yang mengalami hipertensi terkontrol berjumlah 9 responden (24,3%) dan penderita hipertensi tidak terkontrol berjumlah 28 responden (75,7%). Berdasarkan hasil penelitian lainnya (Nabila Putri Priyono & Naryati, 2021), dengan kategori hipertensi terkontrol sebanyak 13 responden (31,0%) dan dengan kategori hipertensi tidak terkontrol sebanyak 29 responden (69,0%).

Menurut Mukhodaroh et al., (2023), Penderita hipertensi kerap merasakan kecemasan, keputusasaan, dan ketakutan, mengingat kondisi ini menuntut pengobatan dalam jangka waktu panjang serta rentan menimbulkan komplikasi yang serius. Menurut penelitian (Suarni Leny, Wahyuni Sri, & Suniati, 2024), penderita hipertensi dengan Enam responden (18,2%) melaporkan kecemasan ringan, sebelas responden (33,3%) melaporkan kecemasan sedang, dan enam belas responden (48,5%) melaporkan kecemasan berat. Sebaliknya, 9 responden (26%) pasien hipertensi dengan kecemasan ringan, 14 responden (40%) dengan kecemasan sedang, dan 12 responden (34%) dengan kecemasan berat ditemukan pada penelitian lain (Mane et al., 2025). Hingga 14 responden (40%) melaporkan mengalami kecemasan sedang, yang merupakan jenis kecemasan yang paling umum. Hipnosis lima jari, yang mencoba mengurangi kecemasan dengan mengaktifkan sistem saraf parasimpatis, merupakan salah satu jenis terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan sebagai bagian dari intervensi keperawatan, menurut penelitian Berlianasari R & Fitriani N, (2023). Pada penelitian lainnya menurut (Jumatul Saadah et al., 2025) menghirup aroma kopi dapat memberikan sensasi relaksasi dan membantu dalam meredakan stress, mengurangi kecemasan serta depresi.

berdasarkan temuan dari penelitian yang dilakukan di unit gawat darurat RS Universitas Sebelas Maret oleh Berlianasari R & Fitriani N, (2023), berjudul "Efektivitas terapi hipnosis Lima Jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien hipertensi." Temuan ini menunjukkan bahwa terapi hipnosis lima Jari dapat secara efektif menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi. Menurut temuan sebuah

studi oleh Jhon, Limbong, Hutabarat, & Linson Girsang, (2025), di Puskesmas Simpang IV Sipin bertajuk "Pengaruh terapi hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan pada lansia yang mengalami hipertensi," terdapat dampak terapi hipnosis Lima Jari terhadap tingkat kecemasan pada lansia. yang memiliki hipertensi. Menurut temuan penelitian yang dilakukan di Dr. M. Yunus Bengkulu oleh Jumatul Saadah et al., (2025) , berjudul "Pengaruh teknik relaksasi Nafas Dalam dan aromaterapi kopi terhadap kecemasan pada pasien pra-laparotomi," terdapat dampak kopi aromaterapi dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap kecemasan pada pasien pra-laparotomi.

Terapi aroma kopi memiliki efek menenangkan dan dapat mengurangi kecemasan pada pasien yang menjalani prosedur gigi, menurut penelitian Pachimsawat, Tangprasert, & Jantaratnotai, (2021), berjudul "efek Menenangkan Aroma Kopi Sangrai pada Pasien yang Menjalani Prosedur Gigi" di FKG Mahidol University Thailand. Berdasarkan temuan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti menggunakan kuesioner di Desa Kenteng pada 22 November 2025, empat dari enam responden hipertensi yang mengalami kecemasan dilaporkan mengalami kecemasan sedang, dan dua melaporkan mengalami kecemasan ringan. Sesuai dengan itu, para peneliti penasaran dengan "pengaruh kombinasi hipnosis lima jari dan kopi aromaterapi terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Desa Kenteng”

B. Rumusan Masalah

Pernyataan isu untuk penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh kombinasi hipnosis lima jari dan kopi aromaterapi untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Desa Kenteng?"berdasarkan informasi latar belakang yang diberikan di atas”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Menyeluruh

Untuk mengetahui apakah kopi aromaterapi dan hipnotis lima jari dapat mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi di Desa Kenteng

2. Penggunaan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat ansietas sebelum diberikan kombinasi hipnosis lima jari dan aromaterapi kopi pada penderita hipertensi
- b. Mengidentifikasi tingkat ansietas sesudah diberikan kombinasi hipnosis lima jari dan aromaterapi kopi pada penderita hipertensi
- c. Mengidentifikasi tingkat ansietas sebelum diberikan hipnosis lima jari pada penderita hipertensi
- d. Mengidentifikasi tingkat ansietas sesudah diberikan hipnosis lima jari pada penderita hipertensi
- e. Menganalisis pengaruh kombinasi hipnosis lima jari dan aromaterapi kopi terhadap penurunan tingkat ansietas pada penderita hipertensi
- f. Menganalisis pengaruh hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat ansietas pada penderita hipertensi

- g. Menganalisis efektifitas antara kombinasi hipnosis lima jari dan aromaterapi kopi dan hipnosis lima jari terhadap penurunan tingkat ansietas pada penderita hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Kontribusi untuk kemajuan pengetahuan dalam keperawatan diharapkan dapat diberikan oleh penelitian ini, khususnya melalui cara pengobatan gabungan yang baru yaitu hipnosis lima jari dan terapi aroma kopi untuk mengurangi tingkat kecemasan pada pasien hipertensi.

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman dan meningkatkan keterampilan peneliti dalam menerapkan intervensi nonfarmakologi dengan kombinasi hipnosis lima jari dan aromaterapi kopi dalam mengatasi ansietas pada penderita hipertensi.

b. Untuk Lembaga Akademik

Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber pelengkap dalam program pendidikan keperawatan, sekaligus sebagai sumber pustaka bagi mahasiswa yang melakukan penelitian terkait.

c. Mengenai Responden

Melalui intervensi gabungan hipnosis Lima Jari dan kopi aromaterapi, penelitian ini menawarkan informasi dan keterampilan yang dapat digunakan secara mandiri untuk membantu mengatasi kecemasan tanpa

memerlukan obat-obatan untuk meningkatkan relaksasi dan ketenangan saat mengatasi masalah hipertensi.

d. Untuk Lembaga Akademik

Untuk pembuatan penelitian lanjutan tentang perawatan keperawatan untuk mengurangi kecemasan pada pasien hipertensi, penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan referensi ilmiah.

e. Untuk Peneliti Masa Depan

Temuan penelitian ini dapat menjadi panduan untuk studi lanjutan serupa yang menggunakan kopi aromaterapi dan hipnosis Lima Jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pada individu hipertensi.

E. Sistematika Penulisan

Berikut ini merupakan gambaran umum dari penjabaran sistematika penelitian ini dari BAB I sampai BAB VI. Secara umum sistematika penulisan skripsi sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Sistematika Penulisan Skripsi Penelitian

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan , latar belakang, rumusan masalah, tujuan penulisan, keunggulan, sistematika penulisan, dan penelitian yang relevan semuanya termasuk dalam pendahuluan.
BAB II	Tinjauan Pustaka , landasan teoritis yang digunakan dalam penelitian termasuk dalam evaluasi literatur dan dijelaskan dalam konteks teori penelitian.
BAB III	Metodologi Penelitian , variabel penelitian, konsep kerangka kerja dan hipotesis, konsep metodologi (seperti jenis, desain, populasi, sampel, lokasi, dan periode penelitian), definisi operasional, teknik pengumpulan data, dan instrumen penelitian

	semuanya termasuk dalam metodologi penelitian. Periksa alat penelitian, pemrosesan dan analisis data, dan etika penelitian.
BAB IV	Hasil Penelitian , temuan penelitian tersebut meliputi temuan dari pemeriksaan data penelitian (hasil uji statistik).
BAB V	Pembahasan , keterbatasan dan temuan penelitian dibahas dalam diskusi.
BAB VI	Penutupan , kesimpulan dan rekomendasi yang dapat dibuat peneliti berdasarkan temuan tersebut dimasukkan dalam kesimpulan.

F. Peneliti Terkait

Beberapa penelitian yang hampir sama dengan penelitian ini diantaranya :

1. "Efektivitas terapi hipnosis lima jari untuk menurunkan tingkat kecemasan pasien hipertensi " (Riza Berlianasari & Nurlaila Fitriani, 2023). Pengambilan sampel yang bertujuan digunakan secara kuasi-eksperimental menggunakan strategi pretest-posttest dan kelompok kontrol untuk semua pasien hipertensi yang terlihat di ruang gawat darurat Rumah Sakit Universitas pada bulan Maret. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi hipnosis Lima Jari dapat secara efektif menurunkan kecemasan pada individu hipertensi.

Menggunakan strategi desain kelompok kontrol yang tidak setara, penelitian ini berbeda dalam intervensinya dengan menggabungkan kopi dengan aromaterapi. Selain itu, desa tersebut menjadi tempat studi.

2. Ezra Jhon Pieter Limbong, Sabar Hutabarat, dan Roni Linson Girsang (2025), berjudul "Pengaruh terapi hipnosis lima Jari terhadap tingkat kecemasan pada lansia yang mengalami hipertensi di area kerja Puskesmas Simpang IV Sipin,"

menggunakan metode purposive sampling dan pretest-posttest dengan kelompok kontrol. Temuan menunjukkan bahwa terapi hipnosis lima jari berdampak pada tingkat kecemasan pada orang dewasa yang lebih tua dengan hipertensi.

Penelitian ini menggunakan teknik desain kelompok kontrol yang tidak setara untuk menambahkan kopi aromaterapi ke dalam paket terapi untuk individu hipertensi. Selanjutnya penelitian dilakukan di desa.

3. Afiqah Jumatul Saadah, Septiyanti, Husni, Asmawati, dan Sariman Pardosi (2025), berjudul "pengaruh aromaterapi kopi dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap kecemasan pada pasien pra-Laparotomi." Purposive sampling digunakan pada prosedur pre-experimental dengan strategi pre-post test kelompok tunggal dan 34 responden di Dr. M. Yunus Bengkulu. Temuan penelitian ini menunjukkan dampak kopi aromaterapi dan terapi relaksasi napas dalam terhadap kecemasan pada pasien pra-operasi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuasi-eksperimental yang dibuat oleh kelompok kontrol yang tidak setara untuk menggabungkan aromaterapi kopi dengan hipnosis Lima Jari untuk pasien hipertensi.

4. Praewpat Pachimsawat, Kanlayanee Tangprasert, dan Nattinee Jantaratnotai (2021), berjudul "efek menenangkan dari aroma kopi sangrai pada pasien yang menjalani prosedur gigi." Sebanyak 71 responden dari FKG Mahidol University di Thailand berpartisipasi dalam prosedur eksperimen pretest-posttest dengan pendekatan kelompok kontrol yang menggunakan seleksi acak. Menurut

temuan tersebut, kopi aromaterapi memiliki dampak relaksasi dan menghilangkan stres.

Hipnosis lima jari ditambahkan ke intervensi dalam penelitian ini sebagai bagian dari kombinasi terapi. menggunakan pendekatan desain kelompok kontrol yang tidak setara dan metode kuasi-eksperimen. Selain itu, dilakukan penelitian terhadap warga desa yang mengalami hipertensi.