

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Congestive Heart Failure (CHF) adalah kondisi dimana fungsi jantung terganggu sehingga menyebabkan penurunan kemampuan jantung untuk memompa darah ke seluruh tubuh, menghambat suplai oksigen dan nutrisi. Penyakit ini dikenal dengan sejumlah istilah termasuk kegagalan jantung kiri, kegagalan jantung kanan, atau kombinasi keduanya. Gejala klinis dari CHF dapat meliputi sesak napas, kesulitan bernapas saat tidur, kesulitan bernapas saat berbaring, sulit beraktivitas, kelelahan, pembengkakan pada pergelangan kaki, serta gejala lain seperti penambahan berat badan, detak jantung yang cepat, dan penurunan nafsu makan (Ridwan, 2020).

Masalah kesehatan terkait dengan penyakit *Congestive Heart Failure* (CHF) masih memiliki prevalensi yang tinggi. CHF merupakan salah satu penyebab tingginya angka kematian dan kesakitan. Menurut laporan WHO (2018), sekitar 3000 penduduk Amerika mengalami CHF. Kajian epidemiologi menunjukkan bahwa sekitar 1,5% hingga 2% orang dewasa di Amerika Serikat menderita *Congestive Heart Failure* (CHF) yang membutuhkan sekitar 700.000 perawatan di rumah sakit setiap tahunnya. Di Eropa dan Jepang, jumlah kasus CHF masing-masing mencapai sekitar 6 juta dan 2,5 juta, dengan hampir 1 juta kasus baru didiagnosa setiap tahunnya di seluruh dunia. Gagal jantung

merupakan salah satu penyakit jantung yang insiden atau angka kejadiannya di Indonesia meningkat dari tahun ke tahun.

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Risksesdas) Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2018, diperkirakan prevalensi penyakit gagal jantung di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter mencapai sekitar 1,5%, atau sekitar 29.550 orang. Penyakit kardiovaskular telah menggantikan penyakit infeksi sebagai penyebab kematian terbanyak, dengan angka kematian yang diperkirakan menjadi 5 kali lebih tinggi daripada sebelumnya (Kemenkes RI, 2018).

Pasien yang menderita CHF dapat mengalami beberapa komplikasi yang serius, termasuk tromboemboli dan *fibrilasi atrium*, yang merupakan masalah umum pada pasien CHF dan dapat memperburuk kondisi secara signifikan. Selain itu, terjadi kegagalan pompa progresif yang seringkali dipicu oleh peningkatan dosis diuretik dari sebelumnya, serta aritmia ventrikel yang dapat menyebabkan kematian jantung mendadak (Lilly, 2020).

CHF tidak hanya mempengaruhi kondisi fisik, tetapi juga dapat berdampak pada aspek psikologis penderitanya. Masalah psikologis yang sering muncul pada pasien CHF meliputi stres, depresi, dan kecemasan. Kecemasan (ansietas) adalah respons psikologis terhadap situasi stres seperti perubahan dalam kondisi kesehatan. Ketika kecemasan muncul, hal ini dapat memperburuk persepsi pasien terhadap dampak penyakitnya, tetapi kecemasan yang berlebihan

dapat merugikan kesehatan. Kecemasan pada gagal jantung sering disebabkan oleh kesulitan pasien dalam mempertahankan kadar oksigen yang cukup, yang menyebabkan rasa gelisah dan cemas karena sesak napas serta kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan yang lemah (Apriliyani *et al.*, 2020). Kecemasan merupakan pengalaman yang hampir dialami oleh semua orang pada beberapa tahap dalam kehidupan mereka. Hal ini adalah respons alami terhadap situasi yang sangat menegangkan atau stres dalam kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau berhubungan dengan gejala gangguan afektif lainnya. Gejala fisik kecemasan meliputi jari tangan yang terasa dingin, detak jantung yang lebih cepat, keringat dingin, sakit kepala, hilangnya nafsu makan, sulit tidur, dan sensasi sesak di dada. Gejala mental lainnya meliputi perasaan takut, merasa terancam, sulit berkonsentrasi, dan merasa tidak nyaman secara umum (Apriliyani *et al.*, 2020).

Dampak dari kecemasan dapat menyebabkan spasme pada pembuluh darah. Kondisi ini terjadi karena kecemasan meningkatkan risiko penyakit yang serius, dan selama serangan akut, dapat menyebabkan spasme pada pembuluh darah koroner, aritmia, dan kegagalan ventrikel. Hal ini dapat mempengaruhi sistem kardiovaskular dengan gejala seperti detak jantung yang cepat dan kesulitan napas (Hajiri *et al.*, 2019). Pasien dengan CHF sering mengalami tingkat kecemasan yang tinggi karena ketakutan akan kematian. Intervensi keperawatan yang melibatkan peran keluarga dalam proses perawatan sangatlah

penting, karena dukungan keluarga diperlukan untuk perawatan diri dan terapi yang efektif. Kehadiran dukungan keluarga dalam perawatan sangat berperan, karena tanpa dukungan tersebut dapat berdampak negatif terhadap kondisi dan kualitas hidup pasien, serta dapat meningkatkan risiko prognosis yang buruk dan kematian (Sianipar *et al.*, 2021).

Penanganan kecemasan pada pasien CHF dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologi maupun non-farmakologi. Pendekatan non-farmakologi meliputi terapi seperti pemberian aromaterapi, pijat punggung, terapi musik, dan terapi relaksasi otot progresif. Terapi-terapi ini telah terbukti efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan pada pasien CHF. Hasil penelitian oleh L. Sari (2020) menunjukkan bahwa terapi-terapi ini dapat mengurangi tingkat kecemasan secara signifikan, dengan penurunan skor kecemasan setelah pemberian terapi. Selain meningkatkan kondisi fisik dan psikologis, aromaterapi dapat memberikan efek relaksasi pada saraf dan otot yang tegang. Relaksasi merupakan metode untuk mengatasi kecemasan atau stres dengan mengendurkan otot dan syaraf. Relaksasi dapat berdampak positif pada kesehatan secara umum dengan memperlancar metabolisme tubuh, mengurangi tingkat agresivitas dan perilaku negatif akibat stres, meningkatkan rasa harga diri dan kepercayaan diri, membentuk pola pikir yang lebih matang, membantu dalam pengendalian diri, mengurangi tingkat stres secara keseluruhan, serta meningkatkan kesejahteraan (Salsabilla, 2020).

Aromaterapi merupakan suatu metode pengobatan alternatif yang berasal dari bahan tanaman yang mudah menguap, dikenal pertama kali dalam bentuk minyak esensial. Minyak atsiri yang diuapkan juga dianggap sebagai komponen utama dalam aromaterapi dimana menimbulkan berbagai efek seperti, antiinflamasi, antiseptik, merangsang nafsu makan, dan merangsang sirkulasi darah. Aromaterapi meyakini bahwa minyak atsiri dapat digunakan tidak hanya untuk pengobatan dan pencegahan penyakit, tetapi juga efeknya terhadap mood, emosi, dan rasa sehat (Zuddin dkk,2019)

Terdapat banyak pilihan aromaterapi yang hadir di pasaran, salah satunya yang tersedia adalah dalam bentuk lilin aromaterapi. Pada umumnya lilin hanya berfungsi sebagai sumber penerangan dan secara fisik tidak menarik. Saat ini penggunaan lilin sebagai aromaterapi digunakan selain karena hemat energi karena tidak membutuhkan listrik, hal itu juga memiliki efek samping yang minimal karena tidak menggunakan bahan kimia berbahaya. Lilin aromaterapi dalam pembuatannya menggunakan beberapa bahan dan salah satunya menggunakan minyak esensial yang memiliki wangi aromaterapi. Lilin beraroma tidak hanya digunakan karena wanginya, tapi juga karena mampu mengubah suasana hati seseorang menjadi lebih baik serta memiliki manfaat diantaranya yaitu untuk menciptakan suasana nyaman, meningkatkan energi, menambah konsentrasi, mengurangi stres, dan mengendalikan rasa sakit. Sehingga beberapa bulan terakhir produksinya mengalami peningkatan dengan memanfaatkan bahan

alam sebagai salah satu alternatif pengobatan komplementer yang popularitasnya semakin meningkat di dunia kesehatan (Herawaty, 2021).

Bahan alam yang bisa digunakan sebagai lilin aromaterapi adalah lemon (citrus lemon) yang merupakan tanaman genus citrus. Jeruk lemon banyak digunakan sebagai bahan makanan, bahan minuman, obat-obatan, kosmetik, detetjen dan juga aromaterapi (Palazzolo, 2019). Jeruk lemon memiliki kandungan yang banyak dan sangat berpotensi untuk digunakan dalam dunia Kesehatan. Lemon banyak digunakan terutama minyak atsiri dan perasan buahnya. Senyawa utama lemon adalah minyak atsiri yang terdiri dari monoterpenes limonene dan pinene caryophyllene, sabinene, myrcene, dan bicyclogermacrene (Kaya dkk., 2019).

Aromaterapi adalah metode yang menggunakan minyak atsiri untuk meningkatkan kesehatan fisik dan emosi. Lilin aromaterapi dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif sebagai antistres, karena lilin aromaterapi dapat mengeluarkan bau aromaterapi yang dapat merelaksasikan dan mengurangi rasa stress yang tentunya dapat membuat emosi seseorang lebih terkontrol. Lilin aromaterapi dalam pembuatannya menggunakan beberapa bahan dan salah satunya menggunakan minyak essential yang memiliki wangi aromaterapi. Alasan menggunakan lilin aromaterapi dibandingkan dengan obat dikarenakan lilin aromaterapi tidak menyebabkan efek samping dalam mengatasi stres dan dapat digunakan dalam jangka yang panjang (Dewi, 2020).

Studi yang dilakukan oleh Nurrohim *et al.*, (2021) menyatakan bahwa pemberian aromaterapi memiliki dampak positif dalam menurunkan kecemasan pada pasien CHF. Aroma yang dapat dirasakan oleh manusia memiliki pengaruh langsung pada otak. Sebagai contoh, aromaterapi dapat meningkatkan frekuensi gelombang alfa di area belakang kepala, yang dikaitkan dengan keadaan relaksasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien CHF sering mengalami kecemasan terkait kondisi kesehatan mereka yang bisa memburuk secara tiba-tiba dan memerlukan perawatan di rumah sakit. Selain itu, mereka juga cemas terhadap kemungkinan penyakit ini diturunkan kepada keturunannya, mengingat faktor risiko genetik penyakit CHF. Gejala kecemasan yang dialami oleh pasien CHF meliputi kesulitan tidur, kesulitan berkonsentrasi karena khawatir akan kemungkinan memburuknya kondisi kesehatan, sakit kepala yang menyebar ke tengkuk, dan tekanan darah tinggi. Ketika mengalami kecemasan, pasien CHF cenderung melakukan kegiatan spiritual seperti beribadah dan berdoa untuk memohon kesembuhan dari penyakitnya. Menurut hasil penelitian, setelah melakukan kegiatan spiritual ini, tingkat kecemasan pada pasien CHF cenderung berkurang dan mereka menjadi lebih tenang

Peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan terhadap ansietas pada pasien CHF dimulai dengan membangun hubungan saling percaya, menganalisis perilaku pasien untuk menilai tingkat kecemasan, dan membantu pasien memahami serta mengatasi kecemasannya. Perawat dapat mengajak

pasien untuk mengungkapkan kecemasan yang dirasakannya, serta mengajarkan teknik relaksasi untuk mengurangi tingkat kecemasan. Selain itu, perawat juga dapat melatih pasien dalam melakukan kegiatan positif yang membantu mengelola kecemasan (Stuart, 2016). Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk menyusun Laporan Ilmiah Akhir tentang Asuhan Keperawatan Ansietas pada Pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) dengan Pemberian Aromaterapi di.....”

1.2 Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat disimpulkan bahwa penyakit CHF merupakan salah satu penyebab kematian pada penderita yang cukup tinggi. Kecemasan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat keparahan penyakit CHF. Tindakan untuk mengatasi CHF bisa dilakukan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Pada penelitian ini, peneliti menerapkan tindakan nonfarmakologi yaitu dengan melakukan intervensi inovasi pemberian Aromaterapi Lemon. Menurut beberapa penelitian yang ada, Lilin Aromaterapi Lemon memiliki manfaat untuk menurunkan kecemasan yang dialami penderita CHF.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukan penelitian ini yaitu untuk mendapatkan gambaran hasil analisis asuhan keperawatan ansietas pada pasien CHF dengan pemberian Aromaterapi Lemon di Puskesmas Cilacap Utara I

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendapatkan gambaran pengkajian pada pasien dengan CHF
- b. Mendapatkan gambaran masalah asuhan keperawatan pada pasien CHF
- c. Mendapatkan gambaran rencana keperawatan ansietas pada pasien CHF
- d. Mendapatkan gambaran implementasi keperawatan ansietas pada pasien CHF
- e. Mendapatkan gambaran evaluasi keperawatan ansietas pada pasien CHF
- f. Menerapkan asuhan keperawatan ansietas pada pasien CHF dengan pemberian aromaterapi
- g. Memaparkan hasil inovasi keperawatan pada pasien CHF dengan pemberian aromaterapi lemon untuk menurunkan kecemasan

1.4 Manfaat

Dalam penulisan karya ilmiah akhir ini, diharapkan agar dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Instansi Rumah Sakit

Karya ilmiah ini dapat bermanfaat sebagai masukan untuk tenaga kesehatan dan bahan bacaan serta sumber informasi dalam memberikan pelayanan kesehatan pada pasien dengan *Congestive Heart Failure*.

2. Bagi Pasien

Karya ilmiah ini diharapkan membuat pasien memiliki pengetahuan tentang penyakit CHF, memiliki pengetahuan tentang teknik Lilin Aromaterapi Lemon dan menerapkan teknik Lilin Aromaterapi Lemon untuk mengurangi kecemasan

3. Bagi Keluarga

Karya ilmiah ini diharapkan dapat membuat keluarga mengetahui cara mengatasi kecemasan pada pasien dengan CHF

4. Bagi Profesi Keperawatan

Menambah wawasan profesi keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan Ansietas pada pasien dengan Congestive Heart Failure dengan pemberian aromaterapi.

5. Bagi Instansi Pendidikan

Karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam meningkatkan kualitas penulisan karya ilmiah akhir.