

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tuberkulosis (TB) paru adalah penyakit infeksi yang disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis*, yang secara khas menyerang paru-paru manusia. Meskipun demikian, bakteri ini juga dapat menyerang bagian tubuh lainnya, seperti ginjal, tulang, dan sistem saraf. Penyebaran TB paru terjadi melalui udara, yaitu saat penderita batuk atau bersin yang mengeluarkan partikel mikro yang terinfeksi, yang kemudian terhirup oleh orang di sekitarnya. Penyakit ini dikenal sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling mendesak di dunia, terutama di negara-negara berkembang seperti Indonesia, yang memiliki prevalensi TB paru yang sangat tinggi. Meskipun ada kemajuan dalam diagnosis dan pengobatan, TB paru tetap menjadi salah satu penyakit menular yang menyebabkan kematian terbanyak secara global (World Health Organization, 2020).

Penanggulangan tuberkulosis (TBC) di Indonesia menghadapi berbagai tantangan. Pada tahun 2020, diperkirakan terdapat sekitar 820.000 kasus TBC di Indonesia. Jumlah kasus ini mengalami lonjakan signifikan pada tahun 2023, yang tercatat lebih dari 1 juta kasus dengan 134.000 kematian terkait TBC. Angka kematian ini menjadikan TBC sebagai penyebab kematian tertinggi kedua di dunia setelah India, sebuah kondisi yang menggambarkan betapa besar dampak dari penyakit ini terhadap kesehatan masyarakat global (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Di Provinsi Jawa Tengah, meskipun data pasca-2020 belum tersedia secara rinci, tren peningkatan kasus TBC di Indonesia pasca-pandemi jelas menunjukkan bahwa penanggulangan TBC perlu diperkuat, baik di tingkat nasional maupun di tingkat provinsi. Peningkatan jumlah kasus TBC ini sebagian disebabkan oleh perbaikan dalam sistem deteksi dan pelaporan. Sebelumnya, sistem ini mungkin kurang optimal, namun dengan adanya perbaikan, lebih banyak kasus TBC berhasil dideteksi dan dilaporkan, sehingga angka kasus yang terlapor terlihat lebih tinggi. Pemerintah Indonesia telah mengambil langkah-langkah strategis, termasuk rencana uji klinis vaksin TBC pada tahun 2024. Pemerintah juga terus memperkuat upaya deteksi dan pengobatan TBC, dengan tujuan untuk menurunkan angka kematian akibat penyakit ini dan memerangi penyebarannya secara lebih efektif (Sari and Setyawati, 2022)

Dampak TB paru tidak hanya dapat dilihat dari sisi fisik, namun juga psikologis pasien yang terinfeksi. Salah satu dampak psikologis yang paling sering dijumpai adalah kecemasan. Pasien yang didiagnosis dengan TB paru seringkali merasa khawatir tentang masa depan mereka, terutama mengenai seberapa parah penyakit ini, potensi penularannya kepada orang lain, serta efek samping pengobatan yang mereka jalani. Kecemasan ini bisa berujung pada peningkatan stres, rasa takut, dan ketidakpastian yang mengganggu kualitas hidup mereka. Tidak jarang kecemasan ini juga mengarah pada penurunan motivasi untuk mematuhi pengobatan, yang pada gilirannya memperburuk kondisi kesehatan pasien dan memperpanjang durasi pengobatan. Jika

kecemasan tidak dikelola dengan baik, maka dapat berisiko memperburuk kondisi fisik pasien dan menghambat proses pemulihan. Penanganan kecemasan pada pasien TB sangat penting untuk mempercepat proses penyembuhan dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan pendekatan non-farmakologis, seperti teknik relaksasi yang terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan (Khoerunisa *et al.*, 2023).

Dalam mengatasi kecemasan pada pasien TB, pendekatan terapi farmakologi dengan pemberian obat-obatan anti-kecemasan atau antidepresan sering digunakan. Terapi non-farmakologi juga memiliki peran yang sangat penting dalam pengelolaan kecemasan, terutama dalam memberikan dampak positif tanpa efek samping yang sering kali ditimbulkan oleh obat-obatan. Beberapa teknik non-farmakologis yang terbukti efektif dalam menurunkan kecemasan meliputi terapi perilaku kognitif, meditasi, teknik relaksasi otot progresif, serta teknik pernapasan. Salah satu teknik yang relatif mudah dilakukan dan tidak memerlukan peralatan khusus adalah teknik genggam jari. Penelitian menunjukkan bahwa teknik ini dapat menenangkan sistem saraf dan membantu mengurangi kecemasan pada pasien dengan berbagai kondisi medis kronis, termasuk pada pasien dengan TB paru. Dengan demikian, pengelolaan kecemasan pada pasien TB paru dapat dilakukan secara efektif melalui kombinasi terapi farmakologi dan non-farmakologi, yang meningkatkan efektivitas pengobatan dan mempercepat proses pemulihan (Ayu *et al.*, 2022).

Teknik relaksasi genggam jari adalah metode yang sederhana dan mudah dilakukan oleh siapa pun, kapan saja, dan di mana saja. Teknik ini melibatkan penekanan pada jari-jari tangan yang diyakini dapat merangsang titik-titik tertentu, menghubungkan aliran energi di dalam tubuh, dan membantu mengurangi stres serta kecemasan. Proses ini menggabungkan relaksasi dengan pernapasan dalam dalam waktu yang relatif singkat. Stimulasi yang diberikan pada jari-jari tangan akan mengirimkan sinyal ke otak dalam bentuk gelombang radio, yang kemudian diproses dan ditransmisikan ke saraf organ tubuh terkait. Hal ini berfungsi untuk membuka blokir saluran energi, sehingga membantu menenangkan sistem saraf dan mengalihkan fokus pasien dari perasaan cemas yang dialami. Penelitian oleh Nanda *et al.*, (2025) menunjukkan bahwa teknik relaksasi genggam jari efektif dalam menurunkan kecemasan pada pasien pre-operasi di RSUD Pandan Arang, Boyolali, Jawa Tengah. Teknik ini juga menjadi pilihan intervensi non-farmakologis yang baik untuk mengatasi kecemasan pada pasien dengan berbagai kondisi, termasuk pasien TB paru... .

Hal ini sejalan dengan oleh Nadya *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa kombinasi teknik genggam jari dan murottal Surah Ar-Rahman efektif dalam menurunkan tekanan darah pada ibu pasca sectio caesarea dengan preeklamsia. Teknik genggam jari memberikan stimulasi relaksasi, sementara murottal mendukung ketenangan psikologis melalui pendekatan spiritual, menghasilkan dampak yang signifikan pada pengurangan tekanan darah dari 170/110 mmHg menjadi 139/90 mmHg. Hasil menunjukkan dengan dilakukannya intervensi

pemberian teknik relaksasi genggam jari dan terapi murotal Al Quran, tekanan darah menurun dari 170/110 menjadi 139/90 mmHg.

Pada tanggal 10 Desember 2024, peneliti melakukan studi pendahuluan di Puskesmas Warungasem terhadap lima pasien TB paru yang sedang menjalani pengobatan. Pemilihan lokasi penelitian di Puskesmas Warungasem didasarkan pada tingginya jumlah kasus TB paru dibandingkan dengan puskesmas lain di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Batang. Berdasarkan data rekam medis, jumlah penderita TB paru di Puskesmas Warungasem dalam tiga tahun terakhir menunjukkan tren peningkatan, khususnya pada usia produktif. Hal ini menunjukkan pentingnya perhatian terhadap aspek psikologis pasien, khususnya kecemasan yang muncul selama menjalani pengobatan jangka panjang.

Data pasien yang dikumpulkan berasal dari catatan tiga bulan terakhir, yaitu dari bulan Februari hingga April 2025. Hasil wawancara dan observasi terhadap kelima pasien menunjukkan adanya tingkat kecemasan yang cukup tinggi, terutama terkait ketakutan akan komplikasi penyakit, penularan kepada keluarga, dan kekhawatiran mengenai efektivitas pengobatan. Kesimpulan bahwa kecemasan cukup tinggi ini berasal dari hasil studi pendahuluan melalui wawancara langsung, di mana pasien menunjukkan gejala seperti gelisah, sulit tidur, dan perasaan takut berlebihan terhadap kondisi kesehatannya. Gejala-gejala tersebut diidentifikasi berdasarkan pengamatan fisik dan respons verbal selama wawancara mendalam.

Kecemasan ini diduga kuat dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman pasien tentang proses pengobatan TB paru serta informasi yang tidak memadai mengenai kemungkinan efek samping atau komplikasi penyakit. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tingkat kecemasan, mendukung kepatuhan pengobatan, dan meningkatkan kualitas hidup pasien selama masa terapi.

Salah satu teknik yang dipilih dalam penelitian ini adalah teknik genggam jari (finger hold technique), sebuah metode relaksasi yang sederhana dan dapat dilakukan secara mandiri. Teknik ini bekerja dengan menstimulasi sistem saraf melalui sentuhan lembut pada jari-jari tangan, yang diyakini dapat menurunkan respons stres dan memberikan rasa nyaman secara psikologis. Efektivitas teknik ini diperkuat oleh prinsip bahwa stimulasi fisik seperti sentuhan terapeutik dapat menurunkan produksi hormon stres dan meningkatkan relaksasi.

Selain itu, teknik genggam jari juga dapat digunakan sebagai pendekatan komunikasi terapeutik, di mana selama pelaksanaannya, perawat atau tenaga kesehatan dapat sekaligus memberikan edukasi mengenai TB paru. Dengan pemahaman yang lebih baik, tingkat kecemasan akibat ketidaktahuan dan ketidakpastian pun dapat ditekan, sehingga pasien lebih siap dan tenang dalam menjalani pengobatan secara konsisten. Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian dengan judul Pengaruh Teknik Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien TB Paru Di Puskesmas Warungasem, Batang

B. Rumusan Masalah

Pada pasien TB paru selama menjalani pengobatan, banyak pasien merasa khawatir akan komplikasi penyakit kemungkinan menularkan ke keluarga, dan meragukan efektivitas pengobatan yang sedang dijalani. Gejala kecemasan seperti kegelisahan, kesulitan tidur, dan rasa takut yang berlebihan semakin memperburuk kondisi mental pasien dan dapat mengganggu kepatuhan mereka terhadap pengobatan. Salah satu metode yang dipertimbangkan adalah teknik relaksasi genggam jari, yang diharapkan dapat memberikan solusi untuk menurunkan kecemasan pada pasien TB paru, serta meningkatkan kualitas hidup mereka dan mendukung kesembuhan dari penyakit ini. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah teknik genggam jari dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien TB paru di Puskesmas Warungasem, Batang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik genggam jari terhadap tingkat kecemasan pasien TB paru di Puskesmas Warungasem, Batang.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a.** Mendeskripsikan karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan pada Pasien TB Paru Di Puskesmas Warungasem Kabupaten Batang
- b.** Mendeskripsikan kecemasan pasien sebelum diterapkan teknik genggam jari pada Pasien TB Paru Di Puskesmas Warungasem Kabupaten Batang
- c.** Mendeskripsikan kecemasan pasien sesudah diterapkan teknik genggam jari pada Pasien TB Paru Di Puskesmas Warungasem Kabupaten Batang
- d.** Menganalisis Pengaruh Teknik Genggam Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien TB Paru Di Puskesmas Warungasem Kabupaten Batang.

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Profesi Kesehatan

Hasil penelitian ini memberikan wawasan kepada tenaga medis dan perawat di Puskesmas Warungasem dalam menggunakan teknik genggam jari sebagai alternatif dalam mengelola kecemasan pasien TB paru, meningkatkan pendekatan holistik dalam perawatan pasien.

b. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat mengembangkan program perawatan berbasis psikososial, meningkatkan kualitas pelayanan, dan mengurangi penggunaan intervensi farmakologis berlebihan

c. Bagi Masyarakat

Hasil Penelitian dapat memberikan informasi dengan tehnik genggam jari dapat diterapkan untuk mengelola kecemasan secara mandiri, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dalam penanganan TB