

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua adalah suatu proses hilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi (Prawesti dan Noviyanto, 2015). Seseorang dikatakan lanjut usia (lansia) apabila usianya lebih dari 65 tahun. Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis (Muhith dan Siyoto, 2016). Lansia merupakan usia yang rentan akan timbulnya berbagai masalah kesehatan, hal ini berhubungan dengan penurunan kondisi anatomis dan sel akibat terjadinya penumpukan metabolik yang terjadi di dalam sel. Salah satu penyakit yang banyak di derita para lansia adalah penyakit kardiovaskuler yaitu hipertensi.

Hipertensi adalah kondisi dimana jika tekanan darah systole 140 mmHg atau lebih tinggi dan tekanan darah diastole 90 mmHg atau lebih (Prawesti dan Noviyanto, 2015). Hipertensi yang merupakan penyakit degeneratif yang berkembang sering dengan pertambahan usia. Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah menjadi naik dan bertahan pada tekanan tersebut meskipun sudah rileks (Romadoni *et al*, 2013).

WHO (*World Health Organization*) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. WHO menyebutkan negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita Hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%.

Kawasan Asia penyakit ini telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang menderita hipertensi. Sedangkan di Indonesia cukup tinggi, yakni mencapai 32% dari total jumlah penduduk (Tarigan *et al*, 2018).

Menurut Riskesdas (Riset Kesehatan Daerah), sebagaimana dikutip oleh Triyanto (2014), prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7 % dari populasi usia 18 tahun ke atas,. Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi mengalami komplikasi stroke. Sedangkan sisanya mengalami penyakit jantung, gagal ginjal, dan kebutaan. Hipertensi sebagai penyebab kematian ke-3 setelah stroke dan tubercolosis, jumlahnya mencapai 6,8% dari proporsi penyebab kematian pada semua umur di Indonesia (Diyono dan Mawarni, 2015).

Menurut data Dinas Kesehatan Jawa Tengah hasil pengukuran tekanan darah sebanyak 344.033 orang atau 17,74% dinyatakan hipertensi atau tekanan darah tinggi. Berdasarkan jenis kelamin persentase pada kelompok laki-laki sebesar 20,88 % , lebih tinggi dibanding pada kelompok perempuan 16,28%. Kabupaten atau kota dengan presentase hipertensi tertinggi adalah Wonosobo yaitu 42,82%, di ikuti Tegal 40,67% dan Kebumen 39,55%. Kabupaten atau kota dengan presentase hipertensi terendah adalah Pati yaitu 4,50% diikuti Batang 4,75% dan Jepara 5,55% (Dinkes Jateng, 2015).

Menurut data Dinas Kesehatan Sukoharjo tahun 2018 yang menderita hipertensi sebanyak 26.789 kasus, 9743 kasus pada laki-laki dan 17.046 kasus pada perempuan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2019 di Puskesmas Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo terdapat 2.359 kasus yang menderita hipertensi. Sedangkan jumlah penduduk lanjut usia di atas 60 tahun sebanyak 10.270, 4.995 diantaranya laki-laki dan 5.275 perempuan.

Pengobatan hipertensi dibagi dalam dua kategori, yaitu pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan hipertensi dengan cara farmokologis yaitu dengan minum obat-obatan (Diyono dan Mawarni,

2015). Pengobatan hipertensi dengan cara non farmakologis bisa dilakukan tanpa menggunakan obat dengan cara mengurangi konsumsi garam, menghindari stress, dan berolahraga (Noviyanto dan Prawesti, 2015) atau dengan mendengarkan musik, khususnya musik klasik. Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental. Setiap musik memiliki potensi tertentu untuk mempengaruhi kondisi psikologis dan psikis seseorang, baik musik klasik maupun musik tidak klasik. Rangsangan musik dapat mengaktifasi jalur- jalur spesifik dalam beberapa area otak, seperti sistem limbik yang berhubungan dengan emosional. Dengan mendengarkan musik, system limbik ini teraktivasi dan individu tersebut pun menjadi rileks. Saat keadaan rileks inilah tekanan darah menurun , jadi tidak hanya obat prozak (antidepresi) saja, yang dapat bekerja di sistem limbik namun juga terapi musik. Selain itu alunan musik dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul yang disebut nitric oxide (NO). Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah (Romadoni *et al*, 2013).

Terapi musik memanfaatkan kekuatan musik untuk membantu klien menata dirinya sehingga mereka mampu mencari jalan keluar, mengalami perubahan dan akhirnya sembuh dari gangguan yang di deritanya. Sebuah penelitian *American Heart Association* (2008) dalam Sarayar (2013) yang dipresentasikan pada konferensi tahunan ke-62, mengemukakan bahwa mendengarkan musik klasik selama 30 menit sehari terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (Herawati *et al*, 2018).

Menurut hasil penelitian Romadoni, *et al* (2013) tentang terapi musik pada pasien hipertensi dengan judul “Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang” dijelaskan bahwa dalam distribusi frekuensi

dari 34 responden sesudah diberikan intervensi, mayoritas responden mempunyai nilai sistolik 150 mmHg (23,5%) dan nilai sistolik terendah 140 mmHg. Data ini menunjukkan bahwa ada penurunan tekanan darah pada responden setelah diberikan terapi musik klasik.

Berdasarkan hasil wawancara di Desa Sentul Bekonang, Kecamatan Mojolaban dari 7 responden lansia penderita hipertensi mengatakan belum pernah diberikan pengetahuan tentang terapi musik klasik. Setelah dilakukan wawancara 3 lansia penderita hipertensi mengatakan mereka mengatasi tekanan darah tinggi dengan minum obat, 2 lansia penderita hipertensi mengatakan mereka mengatasi tekanan darah dengan mengonsumsi jus timun, sedangkan 2 lansia hipertensi lainnya mengatasinya dengan dibiarkan saja.

Berdasarkan data-data yang didapat, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi“ di wilayah Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka pokok masalah penelitian ini dirumuskan adalah: “Bagaimana Pengaruh Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Mojolaban?”.

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2) Tujuan Khusus

a. Mendeskripsikan hasil penerapan tekanan darah sebelum penerapan terapi musik klasik.

- b. Mendeskripsikan hasil penerapan tekanan darah sesudah penerapan terapi musik klasik.
- c. Menganalisis perbedaan perkembangan penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah penerapan terapi musik klasik.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Membudayakan pengelolaan pasien dengan hipertensi secara mandiri melalui pengelolaan dengan cara tindakan secara mandiri.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

a. Sebagai penelitian untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan penerapan terapi musik klasik secara tepat kepada penderita serta asuhan keperawatan terhadap pada lansia hipertensi.

b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian di bidang keperawatan tentang terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan.

3. Bagi Peneliti

a. Mengembangkan pengetahuan peneliti dalam mengaplikasikan tentang metode penelitian berdasarkan fenomena yang ada dalam masyarakat.

b. Mengetahui efektivitas terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

4. Bagi Responden

Terapi musik dapat dijadikan sebagai salah satu penanganan secara non farmakologis dalam menurunkan tekanan darah.