

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Lanjut usia (lansia) adalah tahap akhir dari pertumbuhan dan perkembangan manusia yang merupakan bagian dari proses kehidupan, tidak dapat dihindari dan akan dialami setiap manusia. Pada tahap ini manusia akan mengalami banyak perubahan baik secara fisik, mental, sosial maupun kemunduran dalam berbagai fisiologis tubuh (Larasati, *et al.*, 2019).

Penuaan adalah proses fisiologis yang akan terjadi pada semua orang dengan mekanisme yang berbeda pada setiap individu (Rahmawati, 2018). Berbagai jenis gangguan kesehatan yang sering dialami oleh lansia adalah stres, sedangkan gangguan kesehatan yang sering dialami lansia adalah kardiovaskular, salah satunya yaitu hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi didefinisikan sebagai keadaan dengan tekanan darah sistol  $\geq 140$  mmHg dan tekanan darah diastol  $\geq 90$  mmHg. Hipertensi tersebut dapat terjadi pada lansia karena adanya perubahan fisiologis sistem peredaran darah terutama pada pembuluh darah yang mengalami peningkatan (Larasati, *et al.*, 2019).

Hampir 1 miliar orang dewasa diseluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi adalah salah satu penyebab utama kematian dini seluruh dunia. Hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang setiap tahunnya di dunia dan hampir 1.5 juta orang setiap tahunnya dikawasan Asia Timur-Selatan. Prevalensi hipertensi dunia pada tahun (2019) di Afrika memiliki nilai hipertensi tertinggi yaitu 27% , Mediterania Timur sebesar 26%, Asia Tenggara berada di posisi ke 3 yaitu 25%, Eropa sebesar 23%, Pasifik Barat sebesar 19%, Amerika Serikat sebesar 18% WHO, (2019). Riskesdas (2018) menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran penduduk Indonesia usia  $> 18$  tahun sebesar 34,1% tertinggi dikalimantan selatan (44.1%), sedangkan terendah pada papua sebesar (22.2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31.6%), umur 45-54 tahun (45.3%), umur 55-64 tahun (55.2 %) (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia >18 tahun sejumlah 63.191 dengan kelompok usia 18-24 sebesar 9.574 (14.65%), usia 25-34 sebesar 12.490 (21.47%), usia 35-44 sebesar 12.679 (33.59), usia 45-54 sebesar 11.940 (45.87%), usia 55-64 sebesar 9.087 (54.60%), usia 65-74 sebesar 4.809 (64.42%), dan usia 75 keatas sebesar 2.613 (71.31%) dengan angka tertinggi berada di kota Cilacap sebesar 3.081 (38.71%), Banyuwangi sebesar 3.099 (38.90%), Purbalingga sebesar 1.6688 (36.39%) dan terendah berada di kota Pekalongan sebesar 547 (32.17%) dan Tegal sebesar 453 (38,16%). Sedangkan di Jawa Timur berdasarkan hasil pengukuran penduduk usia >18 tahun sejumlah 71.000 dengan kelompok usia 18-24 (12.83%), usia 25-34 (20.93%), usia 35-44 (32.53%), usia 45-54 (45.66%), usia 55-64 (54.58%), usia 65-74 (60.54%), usia <75 (67.71%), dengan penderita hipertensi tertinggi di kota Pacitan sebesar 1.040 (8.66%), Ponorogo sebesar 1.629 (6.82%), dan terendah berada di kota Surabaya sebesar 5.248 (8.72%), dan kota Batu sejumlah 369 (7.46%) (Riskesdas, 2018).

Di Jawa Timur jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia diatas <15 tahun sekitar 11.008.334 penduduk , dengan proporsi laki-laki 48.83%, dan perempuan 51.17% Profil Kesehatan Jatim, (2020). Di Kabupaten Ngawi lansia yang menderita hipertensi sangatlah tinggi, menurut data yang diperoleh dari Puskesmas Geneng, Ngawi tahun (2020) yang terdeteksi hipertensi sejumlah 69 orang dengan data mayoritas lansia sejumlah 42 orang (60.8%).

Berdasarkan data WHO dalam *Global Status Report On Non-Communicable Disease*, prevalensi hipertensi sekitar 22 %, penyakit ini juga bertanggung jawab atas 40 % kematian akibat penyakit jantung dan 51% kematian akibat stroke. Selain itu hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak diderita masyarakat indonesia 57,6 % menurut Jumriani, (2019). Menurut WHO ditahun (2020) sekitar 1,56 miliar orang hidup dengan penyakit hipertensi. Hipertensi membunuh 8 miliar orang setiap tahunnya di dunia, dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur – Selatan. Berbagai upaya sudah dilakukan untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yang menderita penyakit hipertensi, diantaranya adalah terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis merupakan terapi yang

menggunakan obat-obatan untuk mempertahankan tekanan darah dalam batas normal, namun pada terapi ini memiliki efek samping yang berbeda-beda pada setiap golongannya, sedangkan terapi non farmakologis merupakan terapi tanpa menggunakan obat-obatan sehingga tidak menimbulkan efek samping yaitu antara lain adalah terapi musik (Larasati, *et al.*, 2019).

Terapi musik merupakan salah satu terapi non farmakologi yang berdampak pada penurunan tekanan darah. Dengan stimulasi beberapa irama yang didengar, musik dapat mempengaruhi sistem saraf parasimpatis yang meregangkan tubuh dan memperlambat denyut jantung, serta memberikan efek rileks pada organ-organ tubuh (Yulastari, *et al.*, 2019).

Kuhlmann (2016) menjelaskan bahwa intervensi musik atau suara telah ditemukan untuk mempengaruhi klinis dan berbagai situasi, termasuk efek jangka pendek pada tekanan darah selama prosedur medis. Mendengarkan musik klasik sekitar 10 sampai dengan 30 menit dengan tempo yang lambat atau 60 sampai dengan 80 bpm per hari, dapat memberikan banyak manfaat bagi tubuh. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mahatidanar (2016) terdapat pengaruh bermakna mendengarkan musik klasik dengan penurunan tekanan darah pada lansia, dengan penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 4,28 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 4,4 mmHg (Mahatidanar, 2016). Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan oleh Handhika, *et al.*, (2017), maka dapat disimpulkan bahwa musik klasik dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan rerata penurunan tekanan sistolik sebesar 4,3 mmHg dan diastolik sebesar 4,4 mmHg (Handhika, *et al.*, 2017).

Banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik mozart, karena musik mozart tergolong musik yang memiliki nada yang kalem dan tenang. Sehingga dapat memicu gelombang di otak yang dapat memberi rasa tenang dan dapat merangsang sistem jaringan neuron di otak Dedy, *et al.*, (2020). Namun dimasyarakat banyak lansia yang jarang atau bahkan belum mengetahui tentang terapi non farmakologi atau terapi musik ini, dikarenakan lansia lebih percaya untuk menurunkan tekanan darah dengan terapi farmakologi yaitu dengan obat-obatan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis dengan 4

lansia dan 2 ibu-ibu di Kecamatan Kedunggalar dengan rata-rata tekanan darah 180 mmHg, untuk menyembuhkannya mereka meminum obat-obatan, dan saat ini mereka belum mengetahui bahwa terapi musik dapat menurunkan tekanan darah stadium awal yang dialaminya.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk membuat laporan tugas akhir dengan mengambil judul “Terapi Musik Klasik Mozart Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi Stadium I melalui Media Video”. Berbagai cara yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi tentang terapi musik klasik sebagai upaya penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, yaitu menyampaikan informasi dengan media.

Media yang akan dipilih harus bergantung pada jenis sasaran, aspek yang dicapai maupun metode yang digunakan. Media sangat membantu dengan adanya alat informasi tentang kesehatan, supaya mudah tersampaikan kepada sasaran. Media yang bisa digunakan seperti poster, *booklet*, *flyer*, video, maupun televisi Halajur, (2018). Metode terapi musik ini bisa disampaikan salah satunya dengan media video, nantinya akan berisi informasi tentang hipertensi, dari mulai penyebab, tanda gejala, dan bagaimana cara pengobatannya dan tentunya salah satu pengobatannya dengan terapi musik klasik mozart ini. Media video menyediakan sumberdaya yang kaya dan hidup sebagai aplikasi multimedia. Video adalah gambar yang bergerak. Obyek pada animasi adalah buatan, maka obyek pada video adalah nyata (Tindaon, 2017).

Tujuan dari pembuatan video ini yaitu meningkatkan pengetahuan tentang terapi musik untuk menurunkan hipertensi stadium I. Manfaat bagi masyarakat khususnya lansia adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang terapi musik klasik mozart untuk menurunkan tekanan darah dan dapat dijadikan acuan dalam menurunkan tekanan darah tinggi stadium I dengan cara melakukan terapi musik klasik mozart ini. Sedangkan manfaat bagi kader posyandu adalah video luaran ini dapat digunakan sebagai media untuk meningkatkan pelayanan kesehatan masyarakat dalam menurunkan tekanan darah tinggi stadium I pada lansia.