

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Lansia (lanjut usia) adalah seseorang yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupan. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan mengalami suatu proses yang disebut Aging Process atau proses penuaaan. Proses menjadi tua akan dialami oleh setiap orang. Masa tua merupakan masa hidup manusia yang terakhir, dimana pada masa ini seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan social secara bertahap sehingga tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari (tahap penurunan). (Wahyudi, 2008).

Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998, pasal 1 ayat (2) dijelaskan bahwa Lanjut Usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun (enam puluh) tahun keatas. Seiring dengan pertambahan usia terjadinya perubahan-perubahan fisiologis pada lansia yang disertai dengan berbagai masalah kesehatan yang menyebabkan tingginya penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif membawa konsekuensi terhadap perubahan dan gangguan pada system kardiovaskuler, antara lain terjadi penyakit hipertensi (Darmojo, 2009). Penyakit hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah yang memberi gejala berlanjut pada target organ, seperti stroke untuk otak,

penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan untuk otot jantung (Amiruddin, 2007). Hipertensi merupakan kondisi tekanan darah sistolik sama atau lebih tinggi dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih tinggi dari 90 mmHg, yang terjadi karena menurunnya elastisitas arteri pada proses menua pada lansia (Harrison, 2005).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah arterial abnormal yang berlangsung secara terus menerus. Ada 4 faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi, yaitu sistem baroreseptor arteri, pengaturan volume cairan tubuh, sistem renin angiotensin, dan autoregulasi vascular (Setiawan, 2015). Jika faktor-faktor tersebut tidak seimbang maka akan menimbulkan peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Setiawan, 2015).

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Di Indonesia, Menurut Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada

penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1%, pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%).

Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Hasil Proyeksi Penduduk Indonesia tahun 2010-2035, jumlah penduduk lansia di Jawa Barat pada tahun 2017 sebanyak 4,16 juta jiwa atau sekitar 8,67 persen dari total penduduk Jawa Barat, yang terdiri dari sebanyak 2,02 juta jiwa (8,31 persen) lansia laki-laki dan sebanyak 2,14 juta jiwa (9,03 persen) lansia perempuan.

Menurut Riskesdas Tahun 2019 penderita penyakit hipertensi di Kota Bandung tahun 2019 sebanyak 722.933 penderita, dari jumlah tersebut sebanyak 109.626 (15,16%) penderita telah dilakukan pemeriksaan sesuai standar. Wilayah dengan pemeriksaan hipertensi terbanyak terdapat di Kecamatan Sumur Bandung (45,67%), Gedebage (28,18%), Sukajadi (27,07%). Adapun wilayah dengan pemeriksaan hipertensi terkecil terdapat di Kecamatan Bandung Kulon 6,25%, Cibiru, 6,72%, dan Cicendo 8,43%.

Terapi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi tidak hanya dilakukan dengan terapi farmakologi seperti obat anti hipertensi, tetapi juga dapat dilakukan dengan pemberian terapi non-farmakologis berupa terapi musik. Terdapat berbagai macam jenis terapi musik yang dapat dijadikan alternatif untuk penurunan tekanan darah seperti terapi musik klasik, terapi musik instrumental, musik

tradisional. Frekuensi musik yang didengarkan juga mempengaruhi tekanan darah ( Rania, 2019).

Terapi musik instrumental dapat memberikan ransangan, yang nantinya menghasilkan efek mental dan fisik, antara lain dapat menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan, musik dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, mempengaruhi pernapasan, mempengaruhi denyut jantung, nadi dan tekanan darah, mempengaruhi ketegangan otot dan memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh, serta dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stress ( Campbell,2002 ). Manfaat musik instrumental adalah musik instrumental menjadikan badan, pikiran, dan mental menjadi lebih sehat. Semakin banyak hasil riset mengenai efek musik instrumental terhadap kesehatan dan kesegaran fisik. Menurut Aditia dalam Muhammad R, (2018) Musik instrumental dan terapi relaksasi telah banyak digunakan secara bersamaan guna menurunkan detak jantung dan menormalkan tekanan darah terhadap seseorang yang menderita serangan jantung. Penderita migrain (sakit kepala sebelah) juga telah banyak yang dilatih dengan menggunakan musik, pemberian bantuan visual dan teknik-teknik relaksasi untuk membantu menurunkan frekuensi, intensitas dan durasi penderita sakit kepala mereka .

Menurut hasil penelitian dari Puti Rania Yulastari, Feni Betriana & Imelda Rahmayunia Kartika (2019) mengenai Terapi

Musik Untuk Pasien Hipertensi. Musik instrumental dan tradisional juga digunakan sebagai terapi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa empat kelompok mengalami penurunan tekanan darah sistolik yang signifikan setelah diberikan intervensi dengan p-value  $<0.05$  . Penurunan rata-rata tekanan darah sistolik diantara empat kelompok adalah: kelompok lavender 5,57 mmHg dan kelompok musik 7,23 mmHg. Penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pemberian terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi (Afandi, 2015).

Menurut hasil penelitian dari Sahrir Sillehu (2019) mengenai Pemberian Terapi Musik Instrumental untuk Menurunkan Tekanan Darah Lansia di Negeri Herlauw Pauni Seram Utara Barat Kabupaten Maluku Tengah. Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebelum pemberian terapi musik instrumental seluruh responden mempunyai tekanan darah lebih dari 140 mmHg dengan presentase 100%. Peningkatan tekanan darah pada lansia dapat disebabkan beberapa faktor diantaranya stres, kecemasan dan komplikasi akibat penyakit degeneratif lainnya, sehingga pemberian terapi musik instrumental diharapkan dapat menurunkan tekanan darah responden. Berdasarkan hasil penelitian pada 10 orang didapatkan data setelah pemberian terapi musik instrumental 90% responden menunjukkan tekanan darah 100 – 140 mmHg. Pengaruh yang signifikan antara terapi musik instrumental dengan penurunan tekanan darah, terapi dilakukan dengan

menggunakan musik instrument aktivasi otak 3 dan 6 selama 30-40 menit, pemutaran musik.

Perawat berperan penting dalam meningkatkan kesehatan baik individu, kelompok maupun masyarakat. Peran perawat dalam pemberian terapi musik ini adalah sebagai edukator yaitu membantu klien dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kesehatan, gejala penyakit bahkan tindakan yang diberikan sehingga terjadi perubahan perilaku dari klien setelah dilakukan pendidikan kesehatan.(Waode, 2017). Perawat sebagai pendidik berperan dalam mengajarkan ilmu kepada individu, keluarga, masyarakat dan tenaga kesehatan (Sudarma, 2008). Perawat menjalankan perannya sebagai pendidik dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan melalui perilaku yang menunjang untuk kesehatannya (Asmadi, 2008)

Beberapa hasil penelitian diatas terdapat pengaruh terapi musik terhadap penurunan tekanan darah. Terapi musik instrument ini menjadikan penurunan detak jantung dan menormalkan tekanan darah. Disarankan penggunaan terapi musik ini kepada lansia yang mempunyai penyakit hipertensi.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas peneliti tertarik melakukan penelitian melalui *Literature Review* dengan judul Pengaruh Terapi Musik Instrumental terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimana pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi melalui *Literature Review*

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dalam penelitian sebagai berikut :

- a. Peneliti ingin mendapat gambaran rata – rata tekanan darah sebelum dilakukan terapi musik instrumental
- b. Peneliti ingin mendapatkan gambaran rata – rata tekanan darah sesudah dilakukan terapi musik instrumental
- c. Peneliti ingin mengetahui pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan bagi para pasien penderita

hipertensi mengenai manfaat mendengarkan musik instrumental.

#### **1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa di jurusan keperawatan sebagai pelayanan kepada masyarakat mengenai pengaruh musik instrumental terhadap penderita hipertensi.

#### **1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan mengenai manfaat mendengarkan musik instrumental dalam menurunkan tekanan darah.