

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia (lanjut usia) merupakan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan (Pudjiastuti & Utomo, 2003). Proses menua dapat mempengaruhi perubahan fisik dan mental yang mengakibatkan timbulnya berbagai macam penyakit, dan yang paling sering ditemukan pada lansia adalah penyakit hipertensi (Tamher & Noorkasiani, 2009). Penyakit hipertensi merupakan tekanan darah yang memberi gejala berlanjut pada target organ, seperti stroke untuk otak, penyakit jantung koroner untuk pembuluh darah jantung dan untuk otot jantung (Amirudin, 2007). Hipertensi harus segera ditangani dengan pengobatan farmakologi dan non-farmakologi, pengobatan farmakologi dengan obat antihipertensi sedangkan non-farmakologi untuk penderita hipertensi yaitu memodifikasi gaya hidup (Amirudin, 2007). Diantaranya mempertahankan berat badan, kurangi asupan natrium (sodium), menghindari merokok, batasi konsumsi alkohol, menghindari merokok dan terapi musik (Radmarssy, 2007).

Pada tahun 2013, WHO mencatat satu miliar orang di dunia menderita hipertensi. Hipertensi penyebab kematian hampir 8 juta orang setiap tahun di seluruh dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahun di Asia Tenggara. Sekitar sepertiga dari populasi orang dewasa di daerah Asia Tenggara memiliki tekanan darah tinggi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes)

tahun 2013 menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 31,7%. Prevalensi ini jauh lebih tinggi dibanding Singapura (27,3%), Thailand (22,7%), dan Malaysia (20%). Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, dengan PMR (Proportional Mortality Rate) mencapai 6,7 % dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2013 yang merujuk hasil Riskesdas 2012 di Sumatera Utara, dari 10 jenis penyakit tidak menular diketahui bahwa prevalensi hipertensi menduduki peringkat tertinggi keempat dengan proporsi 5,8% setelah persendian, jantung, dan gangguan mental. Prevalensi hipertensi tertinggi di Kabupaten Nias Selatan 9,6% dan terendah di Kabupate Serdang Bedagai yaitu 2,4%. Sedangkan pada Tahun 2015 di Indonesia jumlah lansia mencapai 24,5 juta orang. Di Jawa Timur jumlah lansia mencapai 3,5 juta orang (Badan Pusat Statistik, 2015). Sedangkan di kabupaten Magetan sendiri jumlah lansia telah mencapai 257,9 juta jiwa. (DINKES Kabupaten Magetan).

Berdasarkan Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2012, kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah di Indonesia sebesar 26,3%, sedangkan data kematian di rumah sakit tahun 2013 sebesar 16,7 (Ruhjana, 2015). Di Indonesia banyaknya penderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol. Prevalensi 6-15% pada orang dewasa, 50% diantaranya tidak menyadari sebagai penderita hipertensi sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena tidak menghindari dan tidak mengetahui faktor

risikonya, dan 90% merupakan hipertensi esensial (Amiruddin, 2015). Hasil penelitian di UPT PSLU Magetan didapatkan 25% dari 87 lansia mengalami hipertensi dengan usia yang mengalami hipertensi yaitu 65-80 tahun, dengan rata-rata tekanan sistolik 159 mmHg dan tekanan diastolic 90 mmHg. Sebagian besar lansia tersebut mengalami mengalami hipertensi 4 tahun yang lalu (Yusuf,dkk, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan Asrin, Maulidah, menyatakan bahwa terapi musik dominan frekuensi sedang (750-3000Hz) dapat dijadikan sebagai alternatif untuk pengendalian respon emosional pasien hipertensi primer. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik dominan frekuensi sangat signitif untuk mengendalikan respon tekanan darah tinggi pada lansia pasien hipertensi (Asrin,dkk ,2009).

Gejala klinis yang dialami oleh penderita hipertensi diantaranya adalah pusing, mudah marah,telinga berdengung, sukar tidur, sesak nafas, rasa berat ditengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang dan mimisan (Adinil, 2004). Ketika gejala timbul, hipertensi sudah menjadi penyakit yang harus diterapi seumur hidup, pengobatan yang harus dikeluarkan cukup mahal dan membutuhkan waktu yang lama. Selain prevelensinya yang tinggi dan cenderung meningkatkan pada masa yang akan datang, tingkat keganasannya juga tinggi. Bila tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan masalah lain berupa komplikasi berbagai organ penting seperti jantung, ginjal, otak dan mata. Hipertensi juga dapat menyebabkan kecacatan permanen dan kematian mendadak (Yulianti, 2008).

Faktor penyebab hipertensi adalah keturunan, jenis kelamin, usia, obesitas, konsumsi garam berlebihan, kurang olahraga, merokok, konsumsi alcohol dan stres psikososial berpengaruh pada perubahan struktur dan fungsi arteri yang mengalami penuaan seperti penumpukan kolesterol pada pembuluh darah. Pembuluh besar menjadi tidak elastic. Disfungsi endotel, dan penurunan pelepasan *nitric oxide* menyebabkan kekakuan pembuluh darah sehingga meningkatkan denyut jantung, pulsasi arteri meningkat, SBP meningkat dan DBP menurun. Ventrikel kiri bekerja semakin berat dan menyebabkan dindingnya menebal. Pengisian ventrikel kiri melambat karena dipengaruhi kontraksi atrium berdasarkan penambahan usia. Kontribusi atrium terhadap pengisian LV, mengakibatkan penambahan ukuran dari LA, menjaga volume end-diastolik pada lansia hipertensi dibandingkan yang berusia muda. Kekakuan pada aorta juga berdampak negative pada perfusi miokard, dan SBP meningkat (Aronow *et al*, 2011).

Hipertensi berkembang menjadi masalah kesehatan yang lebih serius bahkan dapat menyebabkan kematian (Sutanto, 2009). Ketika seseorang didiagnosa menderita hipertensi maka ia harus menjalani pengobatan. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi dengan menggunakan obat-obatan antihipertensi dalam jangka waktu panjang bahkan seumur hidup, sedangkan pengobatan non-farmakologi merupakan pengobatan tanpa obat-obatan salah satunya seperti pemberian terapi musik gamelan. Dengan cara itu, penurunan tekanan darah diupayakan pencegahan dengan menjalani hidup sehat (Marzuki, 2004). Menurut (Asrin 2009) menyatakan bahwa

terapi musik dapat dijadikan sebagai alat alternatif untuk pengendalian respon emosional pasien hipertensi primer. Mengontrol tekanan darah selain dari obat antihipertensi juga diimbangi dengan merubah gaya hidup lebih sehat, melakukan aktifitas fisik, dan manajemen stress dengan melakukan hal yang menyenangkan atau hobi seperti mendengarkan music gamelan (Radmarssy, 2007).

Musik merupakan salah satu hobi yang menyenangkan yang dapat dijadikan sebagai suatu terapi untuk kesehatan yang lebih dikenal dengan *terapi musik*. *Terapi Musik* adalah penggunaan musik sebagai alat terapi untuk memperbaiki, memelihara, meningkatkan keadaan mental, fisik dan emosi. Bagi penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi, terapi musik dapat dijadikan sebagai terapi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah. Karena musik dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan ketenangan karena musik dengan irama lembut yang didengarkan melalui telinga akan langsung masuk ke otak dan langsung diolah sehingga menghasilkan efek yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang (Campbell, 2002).

Terapi musik gamelan adalah musik yang memiliki tempo sekitar 60 ketukan/menit dikarakteristikan sebagai musik yang memiliki harmoni yang lambat, warna nada yang konsisten dan pitch yang rendah yang dapat memberikan efek relaksasi. Rangsangan musik ini mengaktifasi jalur-jalur spesifik di dalam berbagai area otak, seperti sistem limbik yang berhubungan dengan perilaku emosional. Sistem limbik teraktivasi dan individu menjadi rileks saat mendengarkan musik. Keadaan rileks inilah

yang akan menurunkan tekanan darah. Alunan musik juga menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul yang disebut *nitric oxide* (NO). Molekul ini bekerja pada pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah (Kurniadi, 2014). Dari semua jenis musik yang digunakan untuk terapi musik, antara lain menggunakan *western music*, *classical music*, dan *new age music*. Dari jenis musik tersebut semuanya dapat digunakan untuk terapi musik selama pasien mengenal dan menyukai musik tersebut. Sedangkan di Indonesia, khususnya suku Jawa memiliki musik tradisional yaitu gamelan. Gamelan dikarakteristikan sebagai musik yang memiliki harmoni lambat, warna nada yang konsisten dan pitch yang rendah (Bodman, Dearment et al 2009). Sehingga diharapkan pada lansia penderita hipertensi untuk sering mendengarkan musik untuk menurunkan tekanannya.

Dari hasil Penelitian Campbell, 2002 musik dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan ketenangan karena musik dengan irama lembut yang didengarkan melalui telinga akan langsung masuk ke otak dan langsung diolah sehingga menghasilkan efek yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang. Berdasarkan data dan hasil diatas kami tertarik untuk melakukan penelitian “Efektivitas *terapi musik gamelan* terhadap pemurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terapi musik gamelan efektif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPT PSTW Magetan ?

1.3 Tujuan Peneliti

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas terapi musik gamelan terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPT PSTW Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus peneliti ini adalah :

1. Mengidentifikasi rata-rata tekanan darah lansia di UPT PSTW Magetan sebelum dilakukan terapi musik gamelan.
2. Mengidentifikasi rata-rata tekanan darah lansia di UPT PSTW Magetan setelah dilakukan terapi musik gamelan.
3. Menganalisis efektivitas terapi musik gamelan terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di UPT PSTW Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjelaskan tentang efektivitas terapi musik gamelan terhadap perubahan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai kerangka dalam pengembangan ilmu keperawat gerontik yang berhubungan dengan penanganan hipertensi pada lansia secara non farmakologis.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data pembanding bagi peneliti selanjutnya tentang terpai non-farmakologis untuk mengontrol tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

2. Bagi lansia

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi tentang terapi alternatif non-farmakologi yang dapat dilakukan secara bersama-sama untuk menimbulkan sikap positif membuat rasa nyaman dan sehingga dapat mengontrol tekanan darah saat mengalami hipertensi.

3. Bagi panti sosial lanjut usia

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan dalam memberikan terapi musik gamelan alternatif pada lansia dengan hipertensi yang dapat diterapkan dalam kegiatan sehari-hari secara bersama-sama, membuat rasa nyaman dan sehingga kondisi tubuh membaik terutama pada tekanan darah.

1.5 Keaslian Penulisan

1. Dari hasil penelitian Dedi Supriadi,dkk;2015 yang berjudul pengaruh Terapi Musik Tradisional kecapi Suling Sunda Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi menunjukkan bahwa ada perbedaan tekanan darah sistol (p value 0,0001) dan diastol (p value 0,0001) sebelum dan setelah

diberikan terapi musik tradisional kecapi suling Sunda. Metode yang dilakukan : Desain penelitian menggunakan pre eksperimental dengan rancangan *one group pre and post test design*. Jumlah sampel adalah 13 responden. Teknik pengambilan sampel secara non probability sampling dengan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan dengan dua tahap yaitu univariat dan bivariat (uji t-dependent). Persamaanya adalah sama-sama menggunakan penelitian metode pra eksperimental dengan rancangan *one group pre and post test design*. Perbedaanya adalah variabelnya berbeda disini menggunakan music tradisional kecapi suling sedangkan penelitian saya menggunakan terapi music tradisional keroncang.

2. Dari hasil peneliti Yuli Mulyawati, Meira Erawati;2012 yang berjudul *Kombinasi Musik Gamelan Serta Senanam Lansia Dengan Hipertensi* menunjukkan bahwa ada penurunan tekanan darah sistol dan diastol yang signifikan (p value 0,0001) dengan taraf kesalahan (α) 0.05 yaitu dari gamelan laras pelog dan slendro serta senam lansia efektif terhadap penurunan tekanan darah pada lansia. Jenis penelitian ini adalah quasi experimental dengan rancangan penelitian *one group (pretest- posttest) Design*. Penelitian dilakukan pada 20 responden melalui teknik purposive sampling pada bulan Febuari 2012 di Unit Rehabilitasi Sosial Puncangganding Semarang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan pengukuran tekanan darah

secara langsung. Analisis hasil penelitian menggunakan uji Wilcoxon. Persamaannya adalah pengumpulan data dilakukan dengan cara melakukan tekanan darah secara langsung. Perbedaannya jenis penelitian ini menggunakan quasi experimental dengan rancangan penelitian one group (pretest-posttest) Design, sedangkan penelitian saya menggunakan jenis penelitian pra-eksperimental dengan rancangan one group pre and post test design.

3. Dari hasil peneliti Mayasyanti Dewi Amir.,S.kep.,M.Kes yang berjudul Pengaruh Perbedaan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Sebelum dan Sesudah di Beri Terapi Musik Instrumental di RW 09 Kelurahan Sukakarya Kecamatan Warudoyong Kota Sukabumi. Hasil penelitian didapatkan dari total 30 orang responden sebelum dan sesudah pemberian terapi music instrumental memiliki tekanan darah sistolik rata-rata 154.33 mmHg dan tekanan darah distoliknya rata-rata 98.33 mmHg. Sedangkan sesudah pemberian terapi music instrumental memiliki tekanan darah sistolik rata-rata 137.33 mmHg dan distoliknya 86.67mmHg. Berdasarkan hasil analisa data uji *Wicoxon Matched Pairs* diketahui bahwa responden yang mengikuti terapi mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan, nilai $p=0,0001(p>0,05)$. Persamaannya adalah pengumpulan data sama dilakukan sebelum terapi music dan sesudah terapi music. Perbedaannya adalah variabelnya berbeda

disini menggunakan musik instrumental sedangkan penelitian saya menggunakan terapi musik tradisional keroncang.

