

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu yang berkaitan dengan hipertensi pada lansia adalah ansietas (kecemasan), kecemasan adalah dimana rasa khawatir, gelisah, atau takut dari beberapa faktor, salah satunya adalah adanya masalah kesehatan. Kecemasan akan munculnya permasalahan baru yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi yaitu timbulnya komplikasi seperti stroke, gagal jantung, ginjal serta berdampak pada hal yang tidak diinginkan yaitu kematian. Kecemasan dapat menyebabkan detak jantung, terjadi penyempitan pembuluh darah, dan pelepasan hormon stres, seperti hormon adrenalin dan hormon kortisol, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan tekanan darah sementara. Jika kecemasan terjadi dalam waktu lama akan berdampak peningkatan tekanan darah (Najuha, 2025)

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah keseluruhan pembuluh darah arteri. Hipertensi mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah keseluruh tubuh melalui pembuluh darah, hal ini dapat mengganggu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan menyebabkan penyakit degeneratif, hingga kematian (Nurdiana dkk, 2025).

WHO memperkirakan bahwa prevalensi global hipertensi saat ini sebesar 22% dari total populasi dunia dan Asia tenggara menempati urutan ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total populasi. Artinya 1 dari 3

orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, dan hanya 36,8% di antaranya yang minum obat. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Diperkirakan juga setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Data kementerian kesehatan RI tahun 2019, hipertensi menunjukkan urutan pertama penyakit terbanyak yang dialami oleh lansia tercatat naik dari tahun sebelumnya dengan prevalensi 38,7% (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan data Riskesdas 2021, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. dan angka hipertensi pada penduduk usia 65-74 tahun (63,2%) tertinggi pada usia >75 tahun (69,5%) (Kemenkes RI, 2021). Menurut data dari dinas kesehatan 2023 Kabupaten Magetan, jumlah prevelensi hipertensi sebanyak 203.740 orang atau sebesar 95,9% dari orang yang diperiksa. Data yang diperoleh dari UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan per-November 2025 lansia yang mengalami hipertensi sebanyak 66 lansia, sedangkan lansia hipertensi dengan gangguan kecemasan sebanyak 26 lansia.

Proses terjadinya ansietas pada lansia penderita hipertensi diawali dengan perubahan fisiologis akibat proses penuaan, seperti menurunnya elastisitas pembuluh darah, meningkatnya resistensi perifer, serta berkurangnya fungsi organ tubuh. Kondisi tersebut menyebabkan lansia lebih rentan mengalami hipertensi. Pada tahap awal, sebagian besar lansia belum merasakan keluhan yang bermakna karena hipertensi sering berlangsung tanpa gejala (silent killer). Namun, ketika tekanan darah terus meningkat, lansia mulai merasakan keluhan seperti sakit kepala, pusing, tengkuk terasa berat,

mudah lelah, jantung berdebar, dan gangguan tidur. Keluhan tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menimbulkan kekhawatiran terhadap kondisi kesehatannya (Arisandi & Hartiti, 2022). Seiring berjalannya waktu, lansia memperoleh informasi bahwa hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengobatan jangka panjang dan berisiko menimbulkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Pengetahuan mengenai kemungkinan komplikasi tersebut, ditambah perubahan fungsi fisik, ketergantungan kepada keluarga, serta beban ekonomi akibat pengobatan, memicu munculnya respons psikologis berupa rasa takut, khawatir, gelisah, sulit berkonsentrasi, sulit tidur, dan merasa tidak berdaya. Kondisi inilah yang berkembang menjadi masalah keperawatan ansietas. Ansietas yang tidak segera ditangani akan mengaktifkan sistem saraf simpatis sehingga terjadi peningkatan sekresi katekolamin, peningkatan denyut jantung, vasokonstriksi pembuluh darah, dan peningkatan tekanan darah. Akibatnya, tekanan darah menjadi semakin sulit dikendalikan sehingga terbentuk siklus yang saling memperburuk antara hipertensi dan ansietas. Lansia juga berisiko mengalami penurunan kualitas tidur, berkurangnya kepatuhan mengonsumsi obat antihipertensi, menurunnya kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, hingga meningkatnya risiko komplikasi penyakit. Oleh karena itu, selain terapi farmakologis, diperlukan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang mampu mengatasi aspek psikologis pasien. Salah satu intervensi berbasis bukti adalah terapi musik klasik yang memberikan efek relaksasi, menurunkan aktivitas saraf simpatis, meningkatkan rasa nyaman, serta membantu

menurunkan tingkat ansietas dan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi (Khadijah, 2023).

Upaya penanganan yang dapat dilakukan untuk menangani pasien yang mengalami kecemasan pada hipertensi yaitu menurut Mutia, Dkk, 2025 dengan judul “*The Effect of Classical Music Therapy on Pain and Anxiety in Hypertensive Patients at Otanaha Hospital*” dalam jurnal ini menggunakan intervensi pemberian terapi relaksasi musik klasik (instrument / Mozart) dilakukan secara teratur dengan durasi ± 30 menit dan dilaksanakan selama 1 minggu menunjukkan penurunan tingkat kecemasan penderita hipertensi setelah pemberian terapi relaksasi musik klasik, dibuktikan dengan penurunan skor rata-rata kecemasan ($12,57 \rightarrow 10,57$). Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengaplikasikan tentang “Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan”.

Dalam perspektif Islam, menjaga kesehatan fisik dan mental merupakan bagian dari ikhtiar. Terapi musik klasik dapat dimanfaatkan sebagai metode relaksasi yang membantu mengurangi ansietas pada penderita hipertensi, selama tidak bertentangan dengan nilai-nilai syariat dan tidak melalaikan ibadah. Berikut al islamnya dalam surat Ar-Rad ayat 28 :

الْقُلُوبُ تَطْمَئِنُّ لِلَّهِ بِذِكْرِ أَلاَّ ۚ اللَّهُ يَذَّكَّرُ قُلُوبَهُمْ وَتَطْمَئِنُّ أَمْوَالُ الَّذِينَ

Artinya:

"(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." (QS. Ar-Ra'd: 28).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Penerapan Terapi Musik Klasik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Tresna Werdha Magetan”.

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Melakukan Penerapan Terapi Musik Klasik Pada Lansia Penderita Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan .

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengkaji masalah kesehatan pada lansia penderita hipertensi dengan Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
2. Merumuskan diagnosis keperawatan Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
3. Merencanakan intervensi keperawatan Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
4. Melakukan implementasi keperawatan Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

5. Melakukan evaluasi keperawatan Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.
6. Melakukan dokumentasi keperawatan Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus dapat mendapat khasanah keilmuan utamanya pada bidang keperawatan gerontik dengan Penerapan Terapi Musik Pada Lansia Penderita Hipertensi dengan Masalah Keperawatan Ansietas di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien

Dapat meningkatkan pemahaman tentang cara mudah dan efektif dalam mengatasi ansietas pada lansia penderita hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat memberikan kontribusi tentang manfaat terapi musik klasik pada ansietas lansia penderita hipertensi.

3. Bagi Panti

Dapat memberikan masukan untuk mengadakan kegiatan terapi musik klasik dalam asuhan keperawatan ansietas pada lansia penderita hipertensi.

4. Bagi Penulis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan membuka wawasan berfikir penulis, serta dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama perkuliahan.

