

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit hipertensi atau darah tinggi merupakan suatu keadaan di mana seseorang mengalami peningkatan tekanan di atas normal yang ditunjukkan dengan angka sistolik dan angka diastolik pada pemeriksaan tensi darah dengan menggunakan alat pengukur tekanan darah, yaitu dengan hasil tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Hipertensi jika tidak ditangani dengan cara yang baik, dapat mengakibatkan terjadinya berbagai macam komplikasi, dan menjadi masalah yang besar jika tidak ditanggulangi sejak dini (Yonata and Pratama, 2016).

Berdasarkan laporan WHO (*World Health Organization*) diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar menjelang tahun 2025, dan diperkirakan setiap tahunnya 9.4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2018). Di Asia Tenggara proporsi hipertensi pada laki-laki terdapat 25,4% lebih rendah dibandingkan wanita (WHO, 2018).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34.1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22.2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31.6%), umur 45-54 tahun (45.3%), umur 55-64 tahun (55.2%) yaitu

estimasi jumlah kasus sebesar 63.309.620 orang, dengan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian, dan untuk wilayah Provinsi Jawa Barat menurut hasil riskesdas 2018 mendapati data yaitu sebesar (35%) (Riskesdas 2018, 2018). Di Kota Bandung sebesar 21% untuk laki-laki dan perempuan 41%, dengan prevalensi peningkatan hipertensi sebanyak 220.389 (8.6%) dari jumlah penduduk 1.776.454 (Dinkes Jawa Barat, 2019).

Hipertensi merupakan salah satu jalan pintu masuk penyakit lainnya seperti penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, dan stroke. Berdasarkan data InfoDatin tahun 2013-2018 proposi komplikasi penyakit lain yang disebabkan oleh hipertensi yaitu penyakit jantung koroner (PJK) sebesar (1.5%), gagal ginjal sebesar (0.2%), dan peningkatan prevalensi stroke sebesar 3.8% (dari 8.3% menjadi 12,1%) (Kemenkes RI, 2019)

Hipertensi adalah salah satu penyakit sistem kardiovaskuler yang paling banyak ditemui dibandingkan dengan penyakit sistem kardiovaskuler lainnya. Penyakit ini sering disebut sebagai pembunuh gelap/silent killer karena kebanyakan kasus hipertensi yang terjadi hanya terdeteksi saat dilakukan pemeriksaan fisik karena alasan penyakit tertentu dan tanpa disadari oleh penderita mengalami komplikasi pada organ-organ vital (Pudiastuti, 2016).

Gejala klinis hipertensi seringkali tidak ada gejala yang dirasakan, namun ada beberapa gejala yang mudah diamati dan dirasakan oleh penderita yaitu seperti pusing atau sakit kepala hal ini karena otak merasakan tekanan, tengkuk terasa pegal, kesulitan bernafas hal ini karena arteri yang membawa darah dari jantung ke paru-paru menyempit sehingga darah sulit mengalir

melalui pembuluh darah, mudah lelah dan mata berkunang-kunang hal ini terjadi karena saat tekanan darah tinggi terjadi jantung akan bekerja lebih keras dan membesar, karena jantung meminta lebih banyak oksigen, dan sulit dalam mempertahankan aliran darah yang tepat, sehingga akan menyebabkan merasa lelah bahkan tidak bisa melakukan aktifitas fisik, oleh karena itu tekanan darah harus dalam keadaan stabil agar tidak terjadi gejala seperti yang berdampak bagi kesehatan. Tekanan darah tinggi dalam jangka waktu yang lama dapat berdampak pada penderita, dimana mempunyai peningkatan risiko yang bermakna untuk penyakit jantung koroner, stroke, penyakit arteri perifer, dan gagal jantung (Pudiastuti, 2016).

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan dengan cara non farmakologis yaitu terdiri dari menghentikan kebiasaan merokok, menurunkan berat badan, latihan fisik, menurunkan konsumsi kafein dan alkohol, latihan relaksasi atau meditasi atau terapi, dan mengurangi stres, sedangkan pengobatan dengan cara farmakologis yaitu dengan cara mengkonsumsi obat-obatan yang dianjurkan seperti diuretika, terutama jenis *thiazide* (Thiaz) atau aldosteron antagonis. Pengobatan hipertensi non farmakologis relaksasi atau mediasi atau terapi dapat digunakan sebagai cara penanganan hipertensi karena relaksasi atau terapi dapat mencegah ketegangan, membuat otot-otot hidup kembali dengan cara meregangkan seluruh tubuh agar mencapai kondisi mental yang sehat, dan mengurangi stress dan kecemasan. Banyak cara relaksasi atau mediasi yang dapat

dilakukan seperti terapi komplementer, atau terapi herbal dan terapi music. (Utami, 2019).

Terapi herbal atau terapi komplementer yaitu terapi yang menggunakan tumbuhan tradisional, akupuntur, akupressur, bekam, dll yang sebagian besar jika menggunakan terapi ini harus adanya keyakinan akan reaksi terapi yang dijalankan dan kesediaan biaya (keuangan) yang rutin harus dikeluarkan dalam pengobatan, sedangkan terapi yang dapat diberikan secara mudah dan tidak memerlukan biaya yang banyak yaitu terapi musik, karena terapi musik tidak membutuhkan biaya yang banyak, mudah dilakukan oleh pasien hipertensi dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah (Utami, 2019).

Terapi pemberian musik dapat memberikan rangsangan pendengaran yang terorganisir yang terdiri atas melodi, ritme, timbre, bentuk dan gaya. Terapi musik merupakan cara menggunakan media musik sebagai alat terapi untuk memperbaiki, memelihara, meningkatkan keadaan mental, fisik dan emosi seseorang. Pada penderita hipertensi terapi musik dapat dijadikan sebagai terapi yang efektif menurunkan tekanan darah karena alunan music dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul nitric oxide (NO), yang bekerja pada tonus pembuluh darah yang dapat mengurangi tekanan darah pada seseorang (Asmaravan, Munawaroh and Nasriati, 2018).

Terapi musik yang dapat diberikan kepada pasien hipertensi yaitu terapi musik klasik, terapi musik tradisional, dan terapi musik religi. Pada metode terapi musik yang sering kali digunakan sebagai terapi yaitu musik klasik, hal ini karena musik klasik memiliki rentang nada yang luas dan tempo yang

dinamis, dan dapat didengarkan oleh seluruh kalangan pasien, sedangkan terapi musik tradisional atau religi tidak dapat diberikan kepada seluruh kalangan pasien karena harus melihat adat kebudayaan pasien serta agama pasien. Musik klasik dapat mengurangi kecemasan dan stress sehingga tubuh mengalami relaksasi yang mengakibatkan penurunan tekanan darah dan denyut jantung. Pemberian terapi musik pada pasien hipertensi yaitu untuk mempertahankan tekanan darah dalam batas normal dengan cara mudah, dan aman tanpa ada efek samping sekecil mungkin pada pasien hipertensi (Asmaravan, Munawaroh and Nasriati, 2018).

Pemberian terapi musik termasuk salah satu dalam konsep keperawatan yang ada pada teori keperawatan Roy, yaitu model teori adaptasi dari Sister Calista Roy, yaitu masalah keperawatan melibatkan mekanisme koping yang tidak efektif, yang menyebabkan respon yang tidak efektif, dan merusak integritas individu tersebut. Terapi musik terbukti dapat menurunkan stress, nyeri dan kecemasan dan menimbulkan mood yang positif (Asmaravan, Munawaroh and Nasriati, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Apner Koa (2020) tentang potensi terapi musik klasik menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi menunjukkan bahwa terapi musik klasik memberikan manfaat bagi penderita hipertensi tanpa harus memiliki kemampuan, pengetahuan atau pengalaman bermusik pada penderita. Jenis terapi musik klasik dipilih karena sangat sederhana, praktis dan efektif yang dapat dilakukan di rumah dengan mudah (Koa, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Herawati, dkk (2018) tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi menunjukkan bahwa Terapi musik merupakan teknik yang sangat mudah dilaksanakan, efeknya menunjukkan bahwa musik dapat mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks pada diri seseorang. Musik klasik digunakan pada terapi musik yang dapat menurunkan tekanan darah karena musik klasik bersifat rileks dengan tempo atau irama pelan. Saat pasien hipertensi di dengarkan musik klasik dengan irama yang teratur dan terus menerus, maka denyut jantung pasien akan mengikuti irama musik tersebut yang diharapkan pada denyut jantung pasien lebih terkendali (Herawati, Sari and Ningsih, 2018).

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum:

Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat menambah wawasan mengenai pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi dan sebagai informasi untuk upaya dalam penurunan tekanan darah yang dialami oleh penderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Perawat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi untuk mahasiswa profesi keperawatan mengenai manfaat pemberian terapi musik yang dapat dilakukan sebagai salah satu asuhan keperawatan yang dapat diberikan kepada pasien hipertensi.

2. Bagi Institusi

Untuk menambah sumber referensi, pengetahuan atau wawasan dan menjadi media pembelajaran selanjutnya terutama mengenai pengobatan nonfarmakologi yang dapat dilakukan terhadap pasien hipertensi .

3. Bagi Penelitian Lain

Sebagai pengalaman tersendiri dalam penerapan ilmu yang diperoleh selama menjadi mahasiswa keperawatan, dan diharapkan sebagai bahan dasar untuk peneliti selanjutnya sehingga penelitian bisa lebih baik lagi.

1.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *literature review*, dengan tujuan penelitian merupakan tinjauan sistematis dengan sintesis narasi dari temuan utama pada intervensi pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi, yang diulas berdasarkan pedoman PRISMA sebagai protocol peninjauan serta pemilihan studi. Penelitian dilakukan berdasarkan temuan-temuan jurnal resmi yang berkaitan dengan efektivitas pemberian terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi yang dilaksanakan mulai bulan Januari 2021 sampai selesai.