

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah utama dalam kesehatan masyarakat dunia. Menurut WHO tahun 2011 menyatakan 11 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Prevalensi hipertensi akan terus meningkat drastis, di Indonesia lansia yang menderita hipertensi diperkirakan berjumlah 15 juta orang tetapi hanya 4 % yang terkontrol, di perkirakan 15 % lansia tidak mengetahui faktor resikonya. Penuaan ialah suatu proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan mempertahankan fungsi normalnya, karena proses tersebut maka lansia rentan terkena penyakit, diantaranya yaitu hipertensi. Hal ini terjadi salah satu penyebab terjadinya hipertensi pada lansia ialah gaya hidup, pola makan, dan stress. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis yaitu dengan cara mengkonsumsi obat antihipertensi, dan terapi non-farmakologis yaitu dilakukan dengan cara mengubah gaya hidup, menurunkan stress dan terapi musik. Terapi musik dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan efek tenang yang sangat baik bagi kesehatan seseorang. Terdapat beberapa jenis terapi musik yang diberikan diantaranya musik klasik, musik instrumental, musik tradisional, dan musik murottal. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi jenis terapi musik yang diberikan untuk penurunan tekanan darah. Metode dalam penelitian ini menggunakan *Literature Review* dengan teknik penelitian *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Populasi dalam penelitian ini adalah jurnal yang berkaitan dengan pengaruh terapi musik dalam penurunan tekanan darah sejumlah 40 jurnal dan jumlah sampel yang diambil sebanyak 5 jurnal. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh terapi musik dalam penurunan tekanan darah. Diharapkan bagi petugas kesehatan terapi musik ini dijadikan sebagai media terapi untuk penurunan tekanan darah.

Kata Kunci : Hipertensi, lansia dan terapi musik

Daftar pustaka : 5 Jurnal (2010-2020)

ABSTRACT

Hypertension is a major problem in world public health .According to WHO in 2011,11 billion people in the suffer from Hypertension.The prevalence of Hypertension will continue to increase drastically,in Indonesia ,the number of elderly people suffering from Hypertension is estimated to be 15 million people,but only 4%is controlled,estimated at 15% of elderly do not know the risk factors.Aging is a process of slowly disappearing the ability of the tissue to maintain its normal function,because the process causes the elderly to be affected by diseases,including Hypertension.This happens one of the causes of hypertension in the elderly is lifestyle,diet,and stress.Management of hypertension can be done by using pharmacological and non pharmacological therapies.Pharmacological therapy is by taking antihypertensive drugs,and non pharmacological therapy,which is done by changing lifestyle,reducing stress and music therapy.Music therapy can affect heart rate so as to causes a calm effect that is very good for one's health.there are several types of music therapy given including classical music, instrumental music,traditional music,and murottal music.The purpose of this study was to indentify the type of music therapy that was given to decrease blood pressure.The method in this study used a literatue review with purposive sampling research techniques with predetermined inclusion and exclusion criteria.The population in this study were journals related to the effect of music therapy in reducing blood pressure in 40 journals and the number of samples taken was 5.The results of this study indicate that there is an effect of music therapy in reducing blood pressure.It is hoped that music therapy healt workers can be used as a medium of therapy for lowering blood pressure.

Keywords :Hypertension,elderly and Music therapy

Bibliography : 5 Jurnals (2010-2020)