

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia adalah proses menjadi lebih tua dengan umur mencapai 56 tahun ke atas. Pada lansia akan mengalami kemunduran fisik, mental, dan sosial. Salah satu contoh kemunduran fisik pada lansia adalah rentannya lansia terhadap penyakit, khususnya penyakit degeneratif. Penyakit degeneratif yang umum di derita lansia salah satunya adalah hipertensi (Nugroho, 2008)

Hipertensi merupakan masalah besar dan serius di seluruh dunia karena prevalensinya tinggi dan cenderung meningkat di masa yang akan datang. Hipertensi dapat menyerang hampir semua golongan masyarakat di dunia. Jumlah lansia yang menderita hipertensi terus bertambah dari tahun ke tahun. Di Indonesia sendiri hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni 6,7% dari populasi kematian pada semua umur (Arora, 2008)

Pada umumnya untuk lansia dalam pola makannya masih salah. Kebanyakan lansia masih menyukai makanan-makanan yang asin dan gurih, terutama makan-makanan cepat saji yang banyak mengandung lemak jenuh serta garam dengan kadar tinggi. Mereka yang senang makan makanan asin dan gurih berpeluang besar terkena hipertensi. Kandungan Na (Natrium) dalam garam yang berlebihan dapat menahan air retensi sehingga meningkatkan jumlah volume darah. Akibatnya jantung harus

bekerja keras memompa darah dan tekanan darah menjadi naik. Maka dari itu bisa menyebabkan hipertensi (Yekti, 2011)

Penyebab lain selain pola makan yang sering dialami oleh penderita hipertensi adalah stres. Dikarenakan stres akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas saraf simpatetik. Adapun stres ini dapat berhubungan dengan pekerjaan, kelas sosial, ekonomi, dan karakteristik personal (Gunawan, 2008)

Hipertensi telah menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat sehingga WHO tahun 2000 menunjukkan, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi. Indonesia di perkirakan akan meningkat kejadian hipertensi sebanyak 80% di tahun 2025.

Kejadian hipertensi meningkat disetiap negara dan dilihat dari Prevalensi lansia yang menderita hipertensi di kota Padang berjumlah 36,456 orang (8,1%) (Darmojo et all 2009). Di Indonesia banyaknya lansia yang menderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol, prevalensi 6-15% pada orang lansia, 15% diantaranya tidak menyadari sebagai penderita hipertensi sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena mereka tidak menyadari dan tidak mengetahui faktor-faktor resikonya dan 90% merupakan hipertensi esensial saat ini penyakit degeneratif dan

cardiovascular sudah merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia (Junaidi, 2010)

Berdasarkan data Survey Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) 2014, jumlah lansia di Indonesia mencapai 20,24 juta jiwa, setara dengan 8,03 persen dari seluruh penduduk Indonesia pada tahun 2014. Jumlah lansia perempuan lebih besar daripada laki-laki, yaitu 10,77 juta lansia perempuan dibandingkan 9,47 juta lansia laki-laki. Adapun lansia yang tinggal di perdesaan sebanyak 10,87 juta jiwa, lebih banyak dari pada lansia yang tinggal di perkotaan sebanyak 9,37 juta jiwa,

Pencegahan hipertensi, umumnya dilakukan dengan mengubah gaya hidup seperti pengurangan berat badan pada anak yang obesitas, pengaturan diet makanan, olahraga teratur dan mengurangi stres. Rangkaian ini merupakan tatalaksana nonfarmakologi. Pengaturan diet makanan dan olahraga teratur umumnya telah terbukti dapat menurunkan tekanan darah. Tetapi ada metode nonfarmakologi lain yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu dengan menggunakan musik, namun penggunaan musik sebagai tatalaksana nonfarmakologi dalam hal menurunkan tekanan darah masih dalam tahap perkembangan (Junaidi, 2010)

Dari prevalensi kasus hipertensi di Provinsi Gorontalo mengalami penurunan pada tahun 2016 3,974 % menjadi 1,679 % pada tahun 2017. Prevalensi tertinggi adalah sebesar 8,688 %. Dan kasus hipertensi lain di Provinsi Gorontalo tahun 2017 sebesar 22,81 %, mengalami penurunan

bila dibandingkan prevalensi tahun 2016 sebesar 0,80 % (Dinkes provinsi gorontalo, 2018)

PSTW Ilomata Kota Gorontalo adalah Unit Pelaksana Teknis Daerah (UPTD) pemerintah Kota Gorontalo yang berada dibawah manajemen dinas sosial dan tenaga kerja Kota Gorontalo. Di PSTW ini melaksanakan pelayanan kesejahteraan sosial kepada lansia yang sebanyak 35 orang.. Berdasarkan hasil observasi dan survei awal pada tanggal 25-26 Januari 2018, saat dilakukan pengukuran darah kepada lansia yang di survey awal terdapat hasil pengukurannya adalah lebih dari 140/90 mmHg, dan dari data awal yang di dapatkan lansia yang mengalami hipertensi sebanyak 15 orang.

Upaya yang telah dilakukan oleh lansia dalam mengurangi hipertensi lansia mengatakan hanya mengkonsumsi obat antihipertensi dan belum pernah mendapatkan terapi musik klasik sebagai terapi untuk menurunkan tekanan darah. Penanganan hipertensi pada lansia Di PSTW Ilomata Kota Gorontalo selama ini hanya diberikan terapi farmakologis saja, Jadi alasan peneliti memilih PSTW Ilomata Kota Gorontalo sebagai tempat penelitian karena kondisi dan situasi yang cukup kondusif dan memungkinkan bagi peneliti untuk melakukan musik klasik pada lansia penderita hipertensi.

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik

yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental. Setiap musik memiliki potensi tertentu untuk mempengaruhi kondisi psikologis dan psikis seseorang, baik musik itu adalah musik klasik maupun bukan musik klasik. Tempo musik klasik menjadi faktor yang paling penting, jenis musik yang direkomendasikan adalah non-lirik terdiri dari nada rendah dengan beat 60-80 per menit dan tingkat volume 60 dB (Joana, 2009)

Menurut Turana (2011), bahwa rangsangan musik dapat mengaktifasi jalur-jalur spesifik di dalam beberapa area otak, seperti sistem Limbik yang berhubungan dengan perilaku emosional. Dengan mendengarkan musik, sistem Limbik ini teraktivasi dan individu tersebut pun menjadi rileks. Saat keadaan rileks inilah tekanan darah menurun. Jadi tidak hanya obat Prozak (antidepresi) saja, yang dapat bekerja di sistem Limbik, namun juga terapi musik. Selain itu pula alunan musik dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul yang disebut nitrik oxide (NO).

Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah. Dengan begitu, maka akan sangat bermanfaat jika musik dapat digunakan untuk penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi..Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Saloma (2007) mendengarkan musik dapat mengurangi kecemasan dan stres sehingga tubuh mengalami relaksasi, yang mengakibatkan penurunan tekanan darah dan denyut jantung.

Upaya yang bisa dilakukan untuk menurunkan atau mengontrol tekanan darah pada lansia adalah dengan meningkatkan sensasi relaksasi pada lansia. Salah satunya bisa dilaksanakan dengan cara mendengarkan musik. Terapi musik adalah seni yang melukiskan pemikiran dan perasaan manusia lewat keindahan suara Sehingga menghilangkan stress. Terapi musik memiliki efek yang baik untuk psikologis manusia diantaranya dapat menenangkan pikiran dan tekanan batin, menghilangkan rasa kesepian, panik dan gangguan mental lainnya (sausser & waller 2009)

Berdasarkan masalah hipertensi yang dialami lansia yang terdapat di PSTW Ilomata Kota Gorontalo tersebut maka peneliti mencoba menggunakan terapi musik klasik untuk mengetahui perubahan penurunan tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi. Dan alasan saya mengambil tempat di PSTW Ilomata Kota Gorontalo karena merupakan salah satu panti yang mempunyai banyak lansia yang menderita hipertensi dan berumur diatas 60 tahun,

Dan mengapa penelitian ini menggunakan terapi musik karena rangsangan musik dapat mengaktifasi jalur-jalur spesifik di dalam beberapa area otak, seperti sistem Limbik yang berhubungan dengan perilaku emosional. Kemudian Dengan mendengarkan musik, sistem Limbik ini teraktivasi dan individu tersebut pun menjadi rileks. Saat keadaan rileks inilah tekanan darah menurun.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Di Indonesia banyaknya lansia yang menderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol,
2. Prevalensi hipertensi di Provinsi Gorontalo tertinggi sejumlah 22,481
3. Prevalensi Di PSTW Ilomata terdapat 35 jumlah lansia yang bertempat tinggal dipanti tersebut dan yang mengalami hipertensi sebanyak 15 orang.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas dirumuskan masalah ini adalah “Bagaimana Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan Umum Dari Penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Sebelum Diberikan Terapi Musik Klasik Dipanti Sosial Tresna Werda Ilomata (PSTW) Kota Gorontalo

2. Mengetahui Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik Dipanti Sosial Tresna Werda Ilomata (PSTW) Kota Gorontalo
3. Menganalisis Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Dipanti Sosial Tresna Werda Ilomata (PSTW) Kota Gorontalo

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan tentang Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat Bagi Tempat Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam rangka upaya menurunkan tekanan darah

2. Manfaat Bagi Instusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya dibidang keperawatan komunitas sehingga dapat lebih memahami pentingnya pengaruh terapi musik klasik pada lansia yang mengalami penderita hipertensi Di PSTW Ilomata Kota Gorontalo

3. Manfaat Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam peningkatan hidup,serta memberikan rasa nyaman pada Lansia selama proses terapi musik klasik untuk menurunkan tekanan darah

4. Manfaat Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan pengetahuan kesehatan penulis khususnya dibidang gerontik