

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu Penyakit Tidak Menular yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini adalah hipertensi yang disebut sebagai *the silent killer*. Apabila penyakit ini tidak terkontrol, akan menyerang target organ, dan dapat menyebabkan serangan jantung, stroke, gangguan ginjal, serta kebutaan. Dari beberapa penelitian dilaporkan bahwa penyakit hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peluang 7 kali lebih besar terkena stroke, 6 kali lebih besar terkena *congestive heart failure*, dan 3 kali lebih besar terkena serangan jantung (Rahajeng, dkk., 2009:581).

WHO menyatakan bahwa tekanan darah tinggi merupakan penyebab penyakit dan kematian paling penting yang dapat dicegah di seluruh dunia. Tekanan darah tinggi disandang oleh hampir 1 miliar orang di seluruh dunia. Pada tahun 2025 penyandang TD tinggi diperkirakan mencapai hampir 1,6 miliar orang (Palmer, 2007:30).

Sampai saat ini, hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Betapa tidak, hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer kesehatan. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riskesdas 2013. Di samping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia (Pusdatin Kemenkes RI, 2013:1).

Penatalaksanaan hipertensi ada 3 yaitu pengobatan tanpa obat-obatan, pengobatan dengan obat-obatan, dan perawatan dengan terapi komplementer (Widharto, 2009 dalam Prawesti, 2015:78). Perawatan tanpa obat-obatan dapat dilakukan dengan cara mengurangi konsumsi garam, berolahraga secara teratur, menghindari stres, dan lain sebagainya. Perawatan dengan obat-obatan seperti golongan diuretik atau yang lainnya mampu menurunkan tekanan darah beserta keluhan-keluhan yang menyertainya, tapi penatalaksanaan jenis ini memiliki efek samping yang buruk terhadap tubuh jika dikonsumsi jangka panjang (Suherly, dkk., 2012, dalam Prawesti, 2015:78).

Penderita yang tidak ingin terkena efek samping dari obat-obatan bisa menggunakan perawatan alternatif atau terapi komplementer yang dapat dilakukan dengan menggunakan terapi herbal dan yang paling baru diteliti adalah terapi musik untuk menurunkan tekanan darah dan merupakan cara yang mudah, sederhana dan murah. Rangsangan musik dalam terapi musik ternyata mampu mengaktifasi sistem limbik yang berhubungan dengan emosi. Saat sistem limbik teraktivasi, otak menjadi rileks, kondisi inilah yang memicu tekanan darah menurun. Alunan musik dalam terapi musik juga dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul *nitric oxide* (NO). Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah yang dapat mengurangi tekanan darah (Suherly, dkk, 2012 dalam Pawestri, 2015:78).

Terapi musik merupakan teknik yang sangat mudah dilakukan dan terjangkau, tetapi efeknya menunjukkan bahwa musik dapat mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks pada diri seseorang, karena dapat merangsang pengeluaran endorphine dan serotonin. Endorphine dan Serotonin merupakan sejenis morfin

alami tubuh dan juga metanolin sehingga tubuh merasa lebih rileks pada seseorang yang mengalami stress (Djohan, 2009 dalam Finasari, dkk., 2014:3).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tri Yuli Finasari, Dody Setyawan, dan Wulandari Meikawati dengan judul “Perbedaan Terapi Musik Klasik Dan Musik Yang Disukai Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rsud Dr. H. Soewondo Kendal” dengan responden sebanyak 34 responden menunjukkan hasil rata-rata tekanan darah responden sebelum dan sesudah diberikan terapi musik yang disukai yaitu tekanan darah sistolik 148.32 mmHg menjadi 130.00 mmHg dan diastolik 92.35 mmHg menjadi 80.00 mmHg.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Trevisol dkk (2011) dalam Anbarasan (2015:114) ditemukan bahwa pada individu yang menderita hipertensi, memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan pada individu dengan tensi yang normal. Pada pasien dengan hipertensi namun menjalani pengobatan yang rutin juga dilaporkan memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu dengan tekanan darah tidak terkontrol dan tidak dalam pengaruh obat-obatan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 18 Desember 2017 di Puskesmas Bareng Kota Malang, dari 10 penyakit terbanyak pada tahun 2016 hipertensi menempati urutan pertama. Prevalensi hipertensi pada tahun 2017 sebanyak 3388. Sedangkan jumlah pasien hipertensi usia 35-45 tahun sebanyak 261. Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan di tingkat pelayanan kesehatan primer. Hasil wawancara dengan perawat yang bertugas disana menyatakan bahwa untuk terapi bagi pasien hipertensi hanya menggunakan terapi farmakologi. Untuk terapi non-farmakologi

hanya senam PROLANIS. Terapi musik serta pengukuran kualitas hidup juga belum pernah dilakukan pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bareng Kota Malang. Sedangkan untuk tindak lanjutnya seperti pemberian penyuluhan tentang cara minum obat dengan benar dan konsultasi tentang diet pada poli gizi.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik mengetahui tekanan darah dan kualitas hidup pada pasien hipertensi setelah diberikan terapi musik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diambil rumusan masalah Bagaimana tekanan darah dan kualitas hidup pada pasien hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik di wilayah kerja Puskesmas Bareng?

1.3 Tujuan

Penelitian ini bertujuan mengetahui tekanan darah dan kualitas hidup pada pasien hipertensi sebelum dan setelah dilakukan terapi musik di wilayah kerja Puskesmas Bareng.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi pasien dapat digunakan sebagai salah satu pilihan untuk kestabilan tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup melalui terapi musik

1.4.2 Bagi institusi pendidikan untuk menambah literatur tentang upaya menstabilkan tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien hipertensi dengan pemberian terapi musik

1.4.3 Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian dapat digunakan dalam perkembangan ilmu selanjutnya serta untuk bahan penelitian selanjutnya

1.4.4 Bagi peneliti untuk mengaplikasikan teori tentang manfaat terapi musik untuk kestabilan tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien hipertensi