

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa penuaan adalah siklus yang terjadi secara normal dan tidak dapat dihindari. Usia lanjut adalah masa istirahat, masa mencurahkan energi bersama keluarga dan cucu, masa memiliki pilihan untuk hidup rukun dan tenang. Namun, seiring bertambahnya usia, yang lebih tua lebih rentan terhadap penyakit, dan yang tua adalah salah satu kelompok yang paling membutuhkan layanan kesehatan (Diah Aprilia, 2022). Data WHO, usia lanjut dibagi menjadi 3 yaitu: usia tua awal(60-74 tahun), usia lanjut tua(75-90 tahun),yang terakhir usia sangat tua (75-90 tahun). Sesuai data organisasi kesehatan dunia (WHO) dari tahun 2015 hingga 2050, jumlah penduduk dunia yang lanjut usia dinilai hampir dua kali lipat, dari 12% menjadi 22%. Singkatnya, ini membahas peningkatan dari 900 juta menjadi 2 miliar orang tua, asosiasi kesehatan dunia (WHO, 2019).

Hipertensi merupakan keadaan yang ditandai dengan kondisi denyut sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg(1), lebih sering disebut " Tekanan Darah Tinggi " karena kondisi ini merupakan indikasi hipertensi. Tekanan peredaran darah dapat dibagi menjadi sistolik (tegangan pada pembuluh darah saat menyedot jantung darah) dan diastolik (tegangan pada pembuluh darah saat jantung beristirahat) (Ni Kadek Diah, 2021).

Data *World health organization* (WHO) pada tahun 2020, sekitar 1,13 miliar orang secara keseluruhan menderita hipertensi, atau setidaknya

satu dari setiap tiga orang di dunia dipastikan menderita hipertensi. Prevalensi hipertensi pada lansia di dunia pada tahun 2020 diperkirakan mencapai 15-20%, sedangkan di Asia diperkirakan mencapai 8-18%. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat secara konsisten dan diperkirakan mencapai 1,5 miliar setiap tahun 2025.

Di Indonesia, diperkirakan jumlah kasus hipertensi adalah 63.309.620 jiwa dan angka kematian akibat hipertensi di Indonesia adalah 427.218 kematian. Di seluruh populasi Indonesia pada tahun 2020, hipertensi termasuk dalam 1 dari 10 penyakit tidak menular utama Tingkat penyebaran 115 juta orang adalah 31,7% (Andri, 2021). Prevalensi hipertensi di Indonesia semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Pada usia lanjut 55-64 tahun prevalensi hipertensi 45,9%, namun pada usia 65-74 tahun prevalensinya meningkat menjadi 57,6%, dan pada usia > 75 tahun prevalensinya menjadi 63,8% (Made Adelia, 2020).

Data Dinas Kesehatan Pusat Jawa Tengah, hipertensi sebenarnya melibatkan tingkat terbesar dari semua data infeksi yang tidak dapat menular (PTM). Prevalensi penderita hipertensi di Jawa Tengah sebesar 37,57% (Riskesdas RI Pelayanan Kesejahteraan, 2018). Prevalensi hipertensi lansia di posyandu lansia desa Tambakselo sebesar 27% penderita hipertensi. Presentase di daerah pedesaan lebih tinggi (38,11%) dibandingkan dengan daerah perkotaan (37,01%) (Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan, 2020). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-

44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%), 55-64 tahun (55,2%) (Riskesdas RI Pelayanan Kesejahteraan, 2018).

Hipertensi yang tidak teridentifikasi dan tidak ditangani dengan baik dapat mempengaruhi semua kerangka organ dan akhirnya mempersingkat masa hidup 10-20 tahun (Nety, 2020). Berikut ini faktor yang mempengaruhi penyakit hipertensi yaitu faktor genetik, jenis kelamin, usia dan gaya hidup yang tidak sehat. Penyakit hipertensi yang tidak segera ditangani akan berdampak serius dan menimbulkan komplikasi lainnya seperti penyakit jantung, gangguan kardiovaskular, stroke, dan penyakit gagal ginjal. Komplikasi organ dapat mengakibatkan tingkat kematian yang tinggi (Annida, 2021)

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologi yaitu dengan memberikan obat –obatan kimia penurun tekanan darah seperti obat diuretik, obat golongan ACE *inhibitor*. Penanganan non farmakologis yang dapat diberikan khususnya pada penderita hipertensi; pengobatan alami, yoga, terapi jarum serta meditasi (Fuad, 2016). Meditasi adalah jenis pengobatan non-farmakologis, di mana seseorang memusatkan perhatian pada seluruh otaknya untuk mengendalikan lima indranya dan seluruh tubuhnya (Ainurrafiq, 2019). Meditasi sendiri yang dapat dimanfaatkan adalah praktik relaksasi refleksi yang dapat menurunkan hipertensi sistolik sekitar 20 mmHg dan diastolik sekitar 10-15 mmHg

(Lita, 2021). Terapi meditasi dapat dikombinasikan dengan terapi lainnya seperti terapi musik, terapi relaksasi dan terapi aromaterapi.

Salah satu terapi meditasi adalah terapi meditasi musik. Terapi meditasi musik adalah penggunaan musik sebagai instrumen perbaikan untuk meningkatkan kondisi mental, fisik, dan perasaan mendalam. Bagi penderita darah tinggi atau hipertensi, musik dapat dijadikan pengobatan yang ampuh untuk mengurangi tekanan darah (Diah Aprilia, 2022). Terapi meditasi musik dapat dilakukan dengan menggunakan musik klasik, musik religius, musik tradisional, musik instrumental, musik jawa atau musik yang disukai pasien.

Salah satu terapi meditasi musik adalah menggunakan musik religius. Dalam melakukan terapi meditasi musik religius , dibutuhkan tempat dan lingkungan yang nyaman serta menyuapkan musik religius yang sesuai dengan terapi dan memiliki frekuensi sedang yang dapat menenangkan pikiran. Kelebihan dari terapi meditasi musik religius ini adalah dapat menenangkan pikiran, mengurangi stress, mengurangi kecemasan, merilekskan pikiran serta dengan terapi meditasi musik religius ini dapat membuat hati tenang dan lebih mengingat kepada yang Mahakuasa. Kelebihan lainnya menggunakan terapi meditasi musik religius dapat mengurangi penggunaan dan konsumsi obat- obatan kimia (Ardiansyah, 2020).

Terapi meditasi musik religius dapat mengaktifkan jalur tertentu dalam pikiran, seperti kerangka limbik. Saat sistem limbik diaktifkan,

orang bersantai sambil mendengarkan musik. Musik menjiwai tubuh untuk menghantarkan partikel yang disebut nitrik oksida di pembuluh darah yang berfungsi mengendurkan otot polos pembuluh darah dan berperan dalam mengatur aliran darah melalui jaringan dan menjaga tekanan peredaran darah di dalam batas normal (Lita, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (SARI ., 2019) Berdasarkan survey didapatkan hasil bahwa Pengobatan Terapi meditasi Musik religius dapat menurunkan tekanan darah pada pasien penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas Bangkingan Surabaya dan peneliti berharap penelitian yang dikalukan dapat dimanfaatkan sebagai salah satu pilihan pengobatan non klinis bagi penderita hipertensi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan diposyandu lansia desa Tambakselo didapatkan data pada bulan februari 2023 jumlah lansia diposyandu sebanyak 97 orang terdiri dari 67 orang perempuan dan 30 orang laki-laki dan diketahui ada sebanyak 38 orang lansia menderita hipertensi yang terdiri dari 10 orang laki-laki dan 28 orang perempuan yang memiliki hipertensi sistol 140-150 dan diastol 90-99 mmHg..

Berdasarkan wawancara pendahuluan yang peneliti lakukan pada 5 orang lansia anggota posyandu didapatkan bahwa lansia penderita hipertensi diposyansu lansia desa Tambakselo ini pernah diberikan terapi non farmakologi dengan pemberian jus seperti jus mentimun, jus semangka, jus pare, dan jus tomat untuk menurunkan tekanan darah akan tetapi belum pernah dilakukan pemberian terapi meditasi musik religius. Berdasarkan

latar belakang dan data diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh penerapan meditasi musik religius terhadap penurunan darah tinggi pada penderita hipertensi lanjut usia di posyandu desa Tambakselo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti bisa menentukan masalah berupa “Apakah ada pengaruh penerapan terapi meditasi musik religius terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi lanjut usia di posyandu lansia desa Tambakselo”.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh penerapan terapi meditasi musik religius terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi lanjut usia diposyandu lansia Desa Tambakselo.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tekanan darah penderita hipertensi lansia sebelum dan sesudah diberikan terapi meditasi musik religius
- b. Menganalisis pengaruh penerapan terapi meditasi musik religius terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi lanjut usia.
- c. Pada kelompok kontrol murni dilakukan identifikasi tekanan darah sebelum dan sesudah tanpa pemberian terapi meditasi musik religius

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bisa mengembangkan pengetahuan menjadi informasi guna menambah wawasan serta pengalaman dalam suatu masalah kesehatan di masyarakat.

Bagi mahasiswa Hasil penelitian dapat menjadi bahan pustaka guna menambah wawasan mengenai penyakit tidak menular tentang hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Menjadi gambaran bagi tenaga kesehatan perawat dalam memberikan edukasi yang tepat untuk masyarakat, khususnya tentang pengaruh terapi meditasi musik religius terhadap tekanan darah.

b. Bagi Masyarakat

Menambah informasi mengenai penyakit hipertensi dan pengobatannya atau membuat tekanan darah turun sehingga bisa digunakan oleh masyarakat guna membantu program pemerintah dalam meminimalkan dan memberantas hipertensi pada lansia.

E. Sistematika Penulisan

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan

BAB	KONSEP PENGAMBILAN DATA
BAB I	Pendahuluan berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan Pustaka konsep teori yang berhubungan dengan tema penelitian / variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian;
BAB III	Metodologi Penelitian Istilah jenis, rancangan, populasi, sampel, tempat, dan waktu penelitian, serta definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen uji, pengolahan data, dan analisis data, serta etika dalam penelitian adalah bagian dari metodologi penelitian.
BAB IV	Hasil penelitian berisi tentang hasil penelitian termasuk analisa data penelitian.
BAB V	Pembahasan teori berisi tentang pembahasan hasil dan keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup berisi tentang kesimpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

Tabel 1.2 Penelitian Terkait

No	Peneliti	Variabel	Metode	Populasi	Hasil dan sampling	
1.	(Paulin a, 2021)	Variabel independen : terapi meditasi	Pre-eksperimen	Populasi 76 orang sampling	Uji skor pretest	Wilcoxon menunjukkan bahwa skor posttest untuk kualitas tidur pada responden

a,	independ	y	20	orang	tangga yang menjadi	
2021)	en:	developm	sampel	17	fokus kegiatan PKM	
	Terapi	ent	responden		memberikan hasil	
	meditasi				kegiatan; 17 dari	
	dan yoga				mereka memiliki	
	Variabel				gangguan kecemasan	
	depende				Hanya empat orang	
n	:				yang terus	
	ganggua				mengalami	
n					kecemasan meski	
	kecemas				sudah diberikan	
an					latihan meditasi dan	
					yoga. Dengan	
					demikian dapat	
					disimpulkan bahwa	
					kelompok ibu rumah	
					tangga di Desa Alat,	
					Kecamatan Hanntak,	
					Hulu Sungai Tengah,	
					Kalimantan Selatan	
					yang mengalami	
					gangguan kecemasan	
					pasca banjir dapat	
					memanfaatkan terapi	
					yogadan meditasi.	
4.	(MUR	Variabel	Kuantitat	Populasi	Hasil	penelitian
A,	independ	if	102	orang	semakin	banyak
2021)	en	:	sampel	34	mendengarkan	
	terapi		responden		musik religi maka	
	musik				tingkat kecemsan	
	religi				semakin menurun	

		Variabel depende n : kecemas an menghad api covid-19				
5.	(SURYA, 2021)	Variabel independen: Terapi musik religi Variabel depende n: Tingkat nyeri	Eksperi mental klinis orang responden rasa sakit. skala tingkat turun dari 7 menjadi 5.	Populasi dan sampel 32 obyektif, responden perubahan tingkat nyeri turun dari 7 menjadi 5.	Menurut subyektif mengungkapkan perubahan tingkat nyeri turun dari 7 menjadi 5.	laporan dan analisis

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah variabel independen terapi meditasi musik religius dan variabel dependen penurunan tekanan darah. Terapi meditasi musik religius akan dilakukan dengan *dor to dor* dan lingkungan yang nyaman dengan menggunakan musik religius tombo ati. Penelitian ini menggunakan desain quasity eksperimen dengan pendekatan pre-post test kontrol grup. Dengan instrumen penelitian wawancara dan observasi.