

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Perubahan atau transisi kesehatan terjadi karena adanya perubahan demografi dan perubahan epidemiologi. Berdasarkan data yang ada dalam konteks kesehatan, saat ini Indonesia memasuki perubahan adanya kasus penyakit tidak menular (PTM). Salah satunya adalah hipertensi. (Kemenkes RI, 2018)

Data WHO menyebutkan kasus hipertensi sebesar 40% di negara selatan, sedangkan kasus penderita hipertensi di negara maju sebesar 35%. Di Asia Tenggara persentase sebesar 36% terjadi pada usia dewasa penderita hipertensi. Insiden terjadi peningkatan jumlah laki-laki dari 18% sampai 31%, sedangkan perempuan mengalami peningkatan dari 16% sampai 29% (Laseduw, 2016). Kejadian kasus hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 hingga 2018 pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun mengalami peningkatan yang signifikan dengan angka sebesar 25,8% menjadi 34,1% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Tengah hasil pengukuran hipertensi kabupaten dengan persentase hipertensi tertinggi adalah kabupaten Salatiga sebesar 77,72% (Dinkes Provinsi Jateng, 2017). Sedangkan di kota Semarang persentase pada kasus hipertensi yaitu sebanyak 27,67% dengan demikian hal ini perlu di tanggulangi untuk proses pengendalian pada kasus hipertensi (Dinkes Provinsi Jateng, 2015)

Hipertensi didefinisikan dengan tekanan sistolik mencapai 140 mmHg, tekanan secara alami mengalami perubahan seiring berjalanya waktu, bisa menjadi masalah bila tekanan darah tinggi tersebut mengalami persisten dan membuat sirkulasi serta organ jantung dan otak menjadi tegang, menurut WHO tekanan darah normal yaitu 120-140 mmHg serta tekanan sistolik 80-90 mmHg. (Manuntung, 2019)

Hipertensi tidak menimbulkan gejala, kemungkinan terjadi secara bersamaan dengan beberapa gejala yang dipercayai ada kaitannya dengan tekanan darah tinggi walaupun sesungguhnya tidak, gejala tersebut ialah sakit kepala, perdarahan dari hidung, dan wajah kemerahan yang bisa terjadi pada penderita hipertensi maupun gejala tekanan darah normal, jika hipertensi berat tersebut sudah semakin lama tidak diobati biasa menimbulkan gejala seperti sakit kepala, kelelahan, mual, muntah, sesak napas, dan gelisah. (Manuntung, 2019)

Penyebab hipertensi belum diketahui secara pasti akan tetapi ada beberapa faktor yang sudah dibuktikan dapat memicu penyakit terjadinya hipertensi salah satunya yaitu stress, Stress adalah reaksi tubuh yang muncul saat seseorang menghadapi ancaman, tekanan, atau suatu perubahan. stress akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan merangsang aktifitas saraf yang memicu terjadinya hipertensi (Nurrahmani, 2018). dalam penanganan dini dalam hipertensi stress dapat ditangani dengan terapi farmakologi ataupun nonfarmakologi, terapi farmakologi adalah prinsip penggunaan obat anti hipertensi untuk menurunkan tekanan darah, prinsip tersebut antara lain obat dosis rendah, kombinasi obat yang tepat, menyesuaikan dosis, dan penggunaan obat selama 24 jam sekali, sedangkan terapi nonfarmakologi biasanya digunakan untuk mengurangi stress. Beberapa terapi non farmakologis yang dapat menurunkan tekanan darah adalah terapi musik instrumental. (Budi S. P., 2015)

Terapi musik intrumental dapat memberikan ransangan, yang nantinya menghasilkan efek mental dan fisik, antara lain dapat menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan, musik dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, mempengaruhi pernapasan, mempengaruhi denyut jantung, nadi dan tekanan darah, mempengaruhi ketegangan otot dan memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh, serta dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan

stress (Sahrir, 2019), selain itu terapi musik instrumen juga dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah, melalui ritme musik yang stabil dapat memberikan irama teratur pada sistem kerja jantung dan menstimulasi kerja otak. Mendengarkan musik secara harmoni yang baik bisa menstimulasi otak agar dapat melakukan proses analisa terhadap lagu, meningkatkan imunitas tubuh, dan mempengaruhi sistem kerja hormon yang memberi keseimbangan pada detak jantung dan denyut nadi. Kombinasi terapi musik instrumental dan self hyfnosis dibuat sebagai terapi kekuatan sugesti secara langsung merelaksasikan kondisi pasien, sehingga dapat menjadi lebih nyaman dalam waktu yang cukup singkat. dampak yang diharapkan adalah relaksasi dan penurunan tekanan darah, meningkatkan pemulihan fisik, serta meringankan respon psikoemosional pasien.(Purnomo, 2018)

Musik instrumental dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan ketenangan karena musik dengan irama lembut yang didengarka nmelalui telinga akan langsung masuk ke otak dan langsung diolah sehingga menghasilkannefek yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang terutama pada penderita hipertensi, karena berirama lembut sehingga memberikan efek relaksasi dan mengaktifasi jalur limbik kemudian meningkatkan hormone endorfin. sehingga dapat dimanfaatkan sebagai salah satu terapi komplementer. Menurut penelitian (Didit Damayanti, 2019) terapi musik klenengan gending jawa klasik yang memiliki tempo sekitar 60 ketukan per menit dikarakteristikkan sebagai musik yang memiliki harmoni lambat, warna nada yang konsisten dan pitch yang rendah yang dapat memberikan efek relaksasi. Rangsangan musik ini mengaktifasi jalur – jalur spesifik di dalam berbagai area otak, seperti sistem limbik yang berhubungan dengan perilaku emosional. Sistem limbik teraktivasi dan individu menjadi rileks saat mendengarkan musik. Keadaan rileks inilah yangwakan menurunkan tekanan darah. Alunan musik juga menstimulasi tubuh untuk

memproduksi molekul yang disebut *nitric oxide* (NO). Molekul ini bekerja pada pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah.

Berdasarkan penelitian yang sudah diteliti terhadap pengaruh terapi musik instrumental penulis ingin melakukan studi literature review terkait dengan pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, apakah membawa dampak terhadap penurunan tekanan darah atau tidak.

## **B. Tujuan Penulisan.**

### 1. Tujuan umum.

Menguji literatur penelitian tentang pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada hipertensi.

### 2. Tujuan khusus

- a. Menjelaskan karakteristik artikel yang dilakukan review dilihat dari aspek homogenitas responden meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, prosedur tindakan, serta alat ukur yang digunakan.
- b. Menjelaskan kesamaan dan ketidaksamaan dari artikel tentang pengaruh terapi musik instrumental terhadap tekanan darah pada hipertensi.
- c. Menganalisis pengaruh pengaruh terapi musik instrumental terhadap tekanan darah pasien hipertensi sesuai artikel review

## **C. Bidang Ilmu.**

Penelitian dilakukan pada bidang ilmu kesehatan, khususnya keperawatan medikal bedah