

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Peningkatan tekanan darah atau hipertensi dewasa ini masih menjadi permasalahan kesehatan yang serius dan hipertensi sudah mempengaruhi satu miliar orang di seluruh dunia (WHO, 2013; Rahajeng, 2009). Penderita banyak tidak menyadari sedang mengalami hipertensi sampai memeriksa tekanan darah, karenanya penyakit ini sering disebut sebagai *the silent killer* atau *silent disease* (Purnomo, 2009). Hipertensi apabila tidak dideteksi dan dikontrol secara dini dapat menimbulkan kerusakan pada pembuluh darah. Salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hubungan antara tekanan darah tinggi dan risiko kejadian penyakit kardiovaskular terus berlanjut, konsisten, dan independen terhadap faktor risiko lainnya. Semakin tinggi tekanan darah, semakin besar kemungkinan serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal (JNC 7, 2003; WHO, 2013).

Kurangnya kesadaran untuk memeriksa tekanan darah menjadikan hipertensi di Indonesia menjadi salah satu penyebab tingginya angka morbiditas dan mortalitas. Data WHO tahun 2013, sekitar 17 juta kematian per tahun disebabkan oleh penyakit kardiovaskular, hampir sepertiga dari jumlah tersebut disebabkan oleh komplikasi hipertensi dan terdapat 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menjadi penyebab 45% dari kematian akibat penyakit jantung dan 51% dari kematian akibat stroke. Pada tahun 2008, di seluruh dunia, sekitar 40% orang berusia 25 atau lebih telah didiagnosis dengan hipertensi, jumlah orang dengan kondisi ini meningkat dari 600 juta pada tahun 1980 menjadi 1 miliar pada tahun 2008 di seluruh dunia (WHO, 2013). Hasil penelitian pada pasien pernah terdiagnosis hipertensi atau minum obat hipertensi terdapat peningkatan yaitu 7,6% pada tahun 2007 menjadi 9,5% pada tahun 2013. Berdasarkan hasil survei terhadap penderita berumur  $\geq 18$  tahun diketahui bahwa penderita yang pernah didiagnosis hipertensi hanya sebesar 36,8%, sedangkan sebagian besarnya tidak terdiagnosis. Penderita hipertensi di Indonesia berjumlah 65.048.110 jiwa (Riskesdas, 2013).

Angka kejadian hipertensi di DKI Jakarta masih sangat tinggi, sebanyak 20% dari 10.134.030 penduduk Jakarta telah menderita hipertensi. angka kejadian hipertensi di DKI Jakarta mencapai 5500 kasus. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Jakarta Timur tahun 2015, jumlah pasien hipertensi di Jakarta Timur mencapai 171.289 orang dan berdasarkan jumlah kunjungan pasien penyakit tidak menular di Jakarta Timur, kunjungan hipertensi termasuk tinggi yaitu sebanyak 187.732 kunjungan (Rikesdas, 2013).

Tingginya angka penderita hipertensi sering dikaitkan dengan faktor genetik yang diikuti oleh faktor gaya hidup seperti asupan garam, stres dan berat badan (Anggara, 2012). Pasien yang memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi tidak menutup kemungkinan dirinya untuk tetap memiliki tubuh yang sehat. Mengatur pola hidup seperti nutrisi, stres, obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta aktivitas fisik merupakan langkah penting untuk menghindari hipertensi (Rahayu, 2012; Kemenkes RI, 2014).

Selain mengatur pola hidup, salah satu penanganan non-farmakologis yang dapat diterapkan untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah terapi musik (Diyono, 2015). Terapi musik adalah teknik yang digunakan untuk penyembuhan suatu penyakit dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu. Jenis musik yang digunakan dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, instrumental, musik berirama santai, *orchestra* dan musik modern lainnya (Triyanto, 2014).

Terapi musik merupakan teknik yang mudah dilakukan dan terjangkau, efek yang ditimbulkan menunjukkan bahwa musik dapat merangsang pengeluaran endorphine yang dapat mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks. Endorphine dan dapat membuat tubuh merasa lebih rileks pada seseorang yang mengalami stres (Djohan, 2006). Substansi kimia ini akan merangsang sistem saraf parasimpatis yang akan menimbulkan efek pada sistem kardiovaskuler. Perangsangan parasimpatis menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah, didukung dengan hormon endorfin dan neurotransmitter serotonin, sehingga terjadi penurunan *Total Peripheral Resistance* (TPR) diikuti dengan penurunan *Cardiac Output* (CO) yang terdiri dari *Heart Rate* dan *Stroke Volume*. Menurunnya

*Cardiac Output* dan TPR akan diikuti dengan tekanan darah yang menurun (Sherwood, 2011).

Penelitian sebelumnya diketahui bahwa musik instrumental merupakan salah satu jenis musik yang dapat mempengaruhi tekanan darah pada pasien hipertensi. Terdapat perbedaan yang bermakna pada tekanan darah sebelum dan sesudah mendengarkan musik instrumental Indonesia tempo lambat dan tempo cepat pada pasien hipertensi (Dewinur, 2015). Penelitian di University of Maryland Medical Center pada tahun 2008, menunjukkan bahwa mendengarkan musik tempo lambat dapat menyebabkan vasodilatasi sehingga tekanan darah menurun (Miller, 2008).

Mendengarkan musik yang disukai dapat menimbulkan suasana bahagia dan menenangkan pikiran. Terapi musik dapat membantu secara alami menyehatkan kerja jantung dan mencegah terjadinya serangan stroke. Efek relaksasi dari terapi musik dan stimulasi gelombang pembuluh darah sehingga berfungsi melancarkan peredaran darah diseluruh tubuh (Finasari, 2014). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan musik yang disukai menunjukkan efek yang bermanfaat pada fungsi jantung dan saraf. Berdasarkan hal tersebut dapat diartikan bahwa mendengarkan musik yang nyaman atau menyenangkan dapat digunakan sebagai salah terapi ajuvan dalam pengobatan berbagai penyakit yang berhubungan dengan jantung dan otak (Pauwels, 2014).

Besarnya manfaat musik terhadap fungsi kardiovaskular maka diperlukan penelitian terhadap hal tersebut. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh musik instrumental tempo lambat yang disukai dan tidak disukai terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo Jakarta Timur. Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. Puskesmas tersebut memiliki poli hipertensi yang dibuka setiap hari.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana pengaruh musik insrumental tempo lambat yang disukai dan tidak disukai terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo”.

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui pengaruh musik instrumental tempo lambat yang disukai dan yang tidak disukai terhadap tekanan darah pasien hipertensi.

#### **I.3.2. Tujuan khusus**

- a. Mengetahui pengaruh musik instrumental tempo lambat yang disukai terhadap tekanan darah sistolik pasien hipertensi.
- b. Mengetahui pengaruh musik insrumental tempo lambat yang disukai terhadap tekanan darah diastolik pasien hipertensi.
- c. Mengetahui pengaruh musik insrumental tempo lambat yang tidak disukai terhadap tekanan darah sistolik pasien hipertensi.
- d. Mengetahui pengaruh musik instrumental tempo lambat yang tidak disukai terhadap tekanan darah diastolik pasien hipertensi.
- e. Mengetahui jenis musik yang lebih menurunkan tekanan darah darah pasien hipertensi antara musik instrumental tempo lambat yang disukai dan tidak disukai.

### **I.4. Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran pada bidang kesehatan dalam terapi komplementer pasien hipertensi untuk mengontrol tekanan darah.

#### **I.4.2 Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Subjek Penelitian**

Memberikan pengetahuan kepada pasien bahwa musik insrumental tempo lambat yang disukai dan tidak disukai sebagai terapi komplementer.

##### **b. Bagi Puskesmas Pasar Rebo**

Hasil penelitian dapat menjadi masukan dan salah satu terapi hipertensi di Puskesmas Pasar Rebo.

c. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi tentang terapi musik insrumental tempo lambat yang disuka dan tidak disuka sebagai terapi komplementer pasien hipertensi.

d. Bagi Intitusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan kajian dan referensi tambahan di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta sebagai bahan ajar ilmu fisiolog dan lainnya.

e. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah kemampuan dalam menerapkan ilmu fisiologi tentang pengaruh insrumental tempo lambat yang disuka dan tidak disuka terhadap tekanan darah pasien hipertensi.

