

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat. Hipertensi merupakan penyakit asimtomatik yaitu tidak menunjukkan tanda dan gejala yang dapat dilihat dari luar. Penyakit hipertensi juga disebut sebagai “*the silent killer*” yang dapat menyebabkan kematian tanpa menunjukkan tanda dan gejala apapun (Ika Wahyu Widyastuti,2015)

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1.13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Jumlah penduduk Indonesia penyandang hipertensi mencapai 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Penderita hipertensi laki-laki sejumlah 31,3 %, jumlah hipertensi penduduk perempuan 36,9% (Riskesdas,2018).

Laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, kasus tertinggi adalah Salatiga sejumlah 77,12 % dibandingkan dengan jumlah keseluruhan di Kabupaten atau Kota lain di Jawa Tengah. Penderita hipertensi di Kabupaten Klaten mencapai 6,83 % (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah,2017). Didapatkan data laporan Rekam Medis pasien di Rumah Sakit Cakra Husada Klaten pada tahun 2019 mencapai 50,2% pasien hipertensi.

Penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar sebelum Diabetes Melitus, penyakit tersebut menjadi prioritas utama pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM). Jika hipertensi tidak dikelola dengan baik maka akan menimbulkan PTM lanjutan seperti Jantung, Stroke, Gagal Ginjal dan sebagainya. Penderita yang mengalami kenaikan tekanan darah merasakan pusing, sulit tidur, dan sering terbangun malam hari bila tekanan darah tak kunjung turun sehingga hipertensi akan menyebabkan gangguan istirahat tidur.

Istirahat tidur merupakan kebutuhan dasar yang mutlak harus dipenuhi oleh semua orang. Dengan istirahat dan tidur yang cukup, tubuh dapat berfungsi secara

optimal seta memulihkan status Kesehatan dan mempertahankan kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Istirahat dan tidur sangat penting bagi orang yang sakit agar lebih cepat sembuh dalam memperbaiki berbagai kerusakan pada sel. Masalah-masalah pada kebutuhan tidur meliputi insomnia, hypersomnia, parasomnia, narkolepsi, apnea tidur dan mendengkur, dan mengigau.

Berdasarkan hasil penelitian Ernawati (2017) prevalensi gangguan tidur pada lansia cukup tinggi yaitu sebesar 72,2% mengalami gangguan tidur ringan, 22,2% mengalami gangguan tidur sedang. Penanganan gangguan kualitas tidur pada pasien hipertensi salah satunya dengan memberi terapi non farmakologi yaitu dengan relaksasi musik gending jawa .

Kualitas dan kuantitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti penyakit, lingkungan, stress psikologis, lingkungan, motivasi, latihan dan kelelahan, alcohol, nutrisi, dan obat-obatan.

Berdasarkan penelitian Lono Wijayanti, (2019). Pengaruh Meditasi Diiringi Musik Religi Terhadap Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi di RW 2 Desa Gadung Driyorejo Gresik. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan perubahan kualitas tidur antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi secara signifikan. Meditasi diiringi musik religi berdampak positif terhadap kualitas tidur. Penggunaan meditasi diiringi musik religi dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi dalam memperbaiki kualitas tidur yang dapat dilaksanakan secara rutin bahkan setiap khususnya pada penderita hipertensi.

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan untuk memperoleh istirahat dan tidur yang cukup sehingga berdampak pada perubahan pola tidurnya (misalnya pensiun dan perubahan sosial, kematian pasangan atau teman dekat, faktor ekonomi, stress, penggunaan obat-obatan, penyakit yang baru saja dialami, dan perubahan irama sirkadian). Untuk memperoleh kualitas tidur yang cukup bisa dilakukan dengan terapi non farmakologi seperti tehnik relaksasi. Tehnik relaksasi dapat dilakukan dengan cara relaksasi nafas dalam, relaksasi otot progresif, latihan pasrah diri, dan terapi musik (Novianty, 2014).

Salah satu musik yang digunakan untuk terapi non farmakologi adalah musik jawa seperti keroncong, campursari, gending jawa misalnya, dengan alunan lembut iramanya, tempo yang lamban mampu menggugah semangat tersendiri, merasa bahagia bila mendengarnya, hingga perasaan menjadi rileks. Hal ini bisa mendorong

untuk menjadikan musik jawa sebagai terapi untuk mengurangi gangguan tidur (Aji,2018).

Berdasarkan penelitian Astutik (2017) dengan judul Pengaruh Latihan Otot Progresif dengan Iringan Musik Gending Jawa terhadap Perbaikan Kualitas tidur Lansia menunjukkan bahwa kualitas tidur lansia mengalami peningkatan dari kualitas sangat buruk menjadi cukup baik dan cukup buruk menjadi cukup baik (Steffy Putri Amanda,2019).

Menurut Ximenes (2016) mekanisme cara kerja terapi music jawa untuk relaksasi dengan rangsangan irama dan nada masuk kedalam *carnialis auditorius* di hantar sampai ke *thalamus* sehingga disistem limbik aktif secara otomatis memperngaruhi saraf otonom yang disampaikan ke *thalamus* dan kelenjar *hipofisis* merespon terhadap emosional melalui timbal balik ke kelenjar *adrenal* untuk menekan pengeluaran *hormone stress* akan menyebabkan seseorang menjadi rileks, sehingga akan meningkatkan kualitas tidur pada lansia. Pemberian terapi relaksasi musik diberikan selama 30 menit dalam sehari sebelum tidur.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Cakra Husada Klaten pada tanggal 1 September 2020. Studi pendahuluan dilakukan di Rumah Sakit Cakra Husada Klaten, khususnya di ruang rawat inap anggrek. Ruang Anggrek merupakan salah satu ruang rawat inap penyakit dalam di Rumah Sakit Cakra Husada Klaten yang merawat pasien salah satunya dengan Hipertensi, jumlah pasien penderita hipertensi pada bulan Agustus diruang Anggrek Rumah Sakit Cakra Husada sebanyak 39 pasien. Pasien dengan Hipertensi yang mengalami gangguan istirahat tidur sebanyak 74,4 %. Sampai saat ini di Rumah Sakit Cakra Husada Intervensi Keperawatan yang dilakukan untuk mengatasi gangguan istirahat tidur yaitu dengan teknik relaksasi nafas dalam, namun dengan relaksasi nafas dalam pasien masih belum bisa mencapai istirahat tidur yang baik. Selain dengan teknik relaksasi nafas dalam, perawat lebih sering menggunakan teknik farmakologis yaitu dengan pemberian obat-obatan, yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas tidur dan mempunyai efek yang cepat. Intervensi keperawatan mandiri dengan teknik relaksasi musik gending jawa belum pernah dilakukan di Rumah Sakit Cakra Husada Klaten.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh relaksasi musik gending jawa terhadap

kualitas tidur pasien hipertensi diruang Rawat Inap Rumah Sakit Cakra Husada Klaten.

## **B. Rumusan Masalah**

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor resiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit gagal ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi penyebab kematian utama di dunia (WHO,2018). Banyak fenomena dimasyarakat saat ini, penderita mengeluh sulit tidur, tidur sering terbangun pada malam hari, sehingga berdampak pada tekanan darah, mengeluh pusing dan lemas saat bangun tidur dipagi harinya. Pada penelitian Lumantow, dkk (2016), menunjukkan kualitas tidur memiliki hubungan dengan tekanan darah dimana kualitas tidur yang buruk berpengaruh terhadap terjadinya prehipertensi pada remaja.

Berdasarkan pernyataan masalah tersebut maka rumusan pertanyaan peneliti adalah “Apakah Relaksasi Musik Gending Jawa berpengaruh terhadap Kualitas Tidur Pasien Hipertensi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Cakra Husada Klaten?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi musik gending jawa terhadap kualitas tidur pasien hipertensi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Cakra Husada Klaten.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden (umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan).
- b. Mengidentifikasi kualitas tidur pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan intervensi gending jawa.
- c. Menganalisis kualitas tidur pada kelompok intervensi
- d. Mengidentifikasi kualitas tidur pada kelompok kontrol.
- e. Menganalisis kualitas tidur pada kelompok kontrol.
- f. Menganalisis pengaruh gending jawa terhadap kualitas tidur pada pasien.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan/mengembangkan intervensi keperawatan mandiri untuk mengatasi masalah kualitas tidur pada pasien hipertensi yang mengalami gangguan kualitas tidur.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Penderita Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai informasi bagi penderita hipertensi untuk meningkatkan kualitas tidur dengan cara relaksasi musik gending jawa.

#### b. Bagi Perawat

Diharapkan penelitian ini bermanfaat sebagai upaya dalam mengatasi masalah gangguan istirahat tidur pada pasien hipertensi. Sehingga meningkatkan peran perawat dalam mengembangkan intervensi keperawatan secara mandiri

#### c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan untuk dapat menjadikan dasar untuk memperluas dan mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan kualitas tidur pasien hipertensi.

#### d. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan data dasar dalam melakukan upaya-upaya untuk mengatasi gangguan tidur pada penderita hipertensi di wilayah kerja rumah sakit.

## **E. Keaslian Penelitian**

1. Kostradam (2019) Tentang Pengaruh Terapi Musik Keroncong terhadap Kualitas Tidur pada Lansia BPSTW Unit Budi Luhur Bantul Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental dengan desain Pre Eksperimen dengan rancangan penelitian *one grup pretest posttest*. Pengambilan sample dengan tehnik *consecutive sampling*. Alat pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner dan *sound system*. Teknik analisa data menggunakan uji *statistic Wilcoxon*. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kualitas tidur responden sebelum diberikan terapi musik keroncong yang mengalami kualitas tidur buruk adalah 47 orang (90,4%) dan yang mengalami kualitas tidur baik adalah 5 orang (9,6%). Hasil Analisa bivariate didapatkan hasil  $p=0.000$  ( $p<0,05$ ) artinya terdapat

pengaruh positif pemberian terapi musik keroncong pemberian terapi musik keroncong terhadap kualitas tidur pada lansia BPSTW unit Budi Luhur.

Penelitian yang dilakukan menggunakan desain *Quasy Exsperiment; one group pre and post test with control grup*, teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*. Data dianalisa dengan menggunakan *Uji t*.

2. Wijayanti, dkk(2019) Pengaruh Meditasi Diiringi Musik Religi Terhadap Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi di RW 2 Desa Gadung Driyorejo Gresik. Penelitian ini merupakan penelitian *Quaisy Experiment pretest posttest control grup design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi sejumlah 60 dan sampel yang digunakan 52 responden menggunakan tehnik *simple random sampling*. Variabel bebas adalah meditasi diiringi musik religi sednagkan variabel tergantung adalah kualitas tidur. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*. Hasil penelitian awal (pre-intervensi) menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi menunjukkan hampir seluruhnya dengan kualitas tidur buruk yaitu 96,2% dan dengan kualitas tidur baik sebanyak 3,8%. Sedangkan pada kelompok kontrol sebagian beesar (77%) kualitas tidur responden buruk dan sebagian kecil (23%) memiliki kualitas tidur baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok intervensi diperoleh kualitas tidur *pretest* dan *posttest* berdasarkan uji *Wilcoxon test* didapatkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), dan pada kelompok kontrol nilai  $p=1,000$ . Berdasrkan uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai  $p=0,000$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan perubahan kualitas tidur antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi secara signifikan.

Penelitian yang dilakukan menggunakan desain *Quasy Exsperiment; one group pre and post test with control grup*, teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*. Data dianalisa dengan menggunakan *Uji t*.

3. Putra (2019) Pengaruh Terapi Tembang Bali terhadap Insomnia dan Penurunan Tekanan Darah pada Lansia yang Menderita Hipertensi di Desa Kerobokan Kelod Kecamatab Kuta Utara Kabupaten Badung. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan motode *Quasi-Experimental Design* dan *Nonequivalent dengan Control Grup Design*. Tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Consecutive Sampling*. Jumlah sampel 30 orang yang terbagi dalam 15 kelompok perlakuan dan 15 kelompok kontrol. Analisa data menggunakan statistik *Mann-*

*Whitney Test* untuk membandingkan *posttest* antara kelompok perlakuan dan kontrol. Derajat insomnia pada kelompok perlakuan *pretest* memiliki rata-rata sebesar 41,40 dan *posttest* memiliki rata-rata sebesar 28,33 sedangkan pada kelompok kontrol derajat insomnia *pretest* memiliki rata-rata sebesar 47,67 dan *posttest* memiliki rata-rata sebesar 44,27 . Hasil penelitian dengan *Mann-Whitney Test* menunjukkan bahwa nilai signifikan p value  $0,001 < \alpha(0,05)$ , disimpulkan terdapat perbedaan derajat insomnia antara kelompok yang diobati dengan Lagu Terapi Musik Bali dan yang tidak. Serta hasil yang menunjukkan pada tekanan darah mereka, *Mann-Whitney Test* didapatkan tekanan darah sistolik  $0,001 < \alpha(0,05)$ , tekanan darah diastolik,  $0,002 < \alpha(0,05)$ , disimpulkan bahwa terdapat tekanan darah sistolik, dan tekanan darah diastolik pada kelompok perlakuan kontrol.

Penelitian yang dilakukan menggunakan desain *Quasy Exsperiment; one group pre and post test with control grup*, teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*. Data dianalisa dengan menggunakan *Uji t*.

4. Imardiani (2019) Pengaruh Terapi Dzikir Asmaul-Husna terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Intensif di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. Menggunakan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design*. Uji statistik menggunakan uji non parametrik yaitu uji *wilcoxon*. Sampel diambil dengan menggunakan tehnik *consecutive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 15 orang. Setiap responden diberikan perlakuan mendengarkan terapi dzikir asmaul-husna dengan satu kali terapi perhari selama 15 menit. Didapatkan rata-rata nilai tengah untuk sebelum intervensi yaitu 20.00 dengan nilai terendah 10 dan yang tertinggi 30 dengan tingkat kepercayaan 95% dan untuk nilai tengah sesudah intervensi yaitu 68.00 dengan nilai terendah 56 dan tertinggi 89 dengan tingkat kepercayaan 95%. Didapatkan adanya perubahan kualitas tidur setelah dilakukan intervensi pada pasien ICU RS Islam Siti Khadijah Palembang. Hasil penelitian menunjukkan pvalue 0,000(pvalue <0,05).

Penelitian yang dilakukan menggunakan desain *Quasy Exsperiment; one group pre and post test with control grup*, teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*. Data dianalisa dengan menggunakan *Uji t*.

