

BAB 1

Pendahuluan

1.1 Latar belakang

Sebagai penyakit tidak menular yang seringkali tidak menunjukkan gejala, hipertensi dikenal sebagai silent killer. Karena gejalanya seringkali dianggap remeh ketika muncul, banyak orang tidak menyadari bahwa mereka mungkin mengalami konsekuensi hipertensi (Alamsyah dkk., 2023). Orang yang menderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengalaminya. Tekanan darah tinggi yang terus meningkat dapat menyebabkan masalah dan membahayakan tubuh, termasuk infark miokard, penyakit arteri perifer, stroke, retinopati, dan gagal ginjal kronis (Aulia et al., 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), hipertensi tetap menjadi masalah kesehatan global yang besar. Data terbaru menunjukkan sekitar 1,4 miliar orang dewasa usia 30 – 79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi pada tahun 2024. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, hasil analisis menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan pengukuran tekanan darah mencapai (30,8%) dari total populasi orang dewasa di Indonesia, ketika data spesifik wilayah dianalisis, DKI Jakarta memiliki persentase penderita hipertensi tertinggi (12,6%). Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia, termasuk di RS Atma Jaya, dengan jumlah pasien yang terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data rekam medis Rumah Sakit Atma Jaya, pasien yang terdiagnosa Hipertensi sebanyak 462 pasien, meningkat menjadi 3433 pada tahun 2024, kemudian pada bulan Januari-Maret tahun 2025 total pasien hipertensi sebanyak 2340.

Di ruang rawat inap, pasien dengan hipertensi sering dijumpai mengalami tekanan darah yang masih tinggi meskipun telah mendapatkan terapi farmakologis sesuai program medis. Berdasarkan pengamatan klinis, beberapa pasien hipertensi menunjukkan tekanan darah sistolik dan diastolik yang belum mencapai target meskipun telah diberikan obat antihipertensi, seperti golongan

ACE inhibitor, ARB, atau diuretik. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain stres akibat hospitalisasi, kecemasan terhadap penyakit yang diderita, nyeri, gangguan istirahat, serta lingkungan rawat inap yang kurang kondusif. Faktor-faktor psikologis ini diketahui dapat mengaktifkan sistem saraf simpatis sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah (Black & Hawks, 2019). Selain itu, pasien hipertensi di ruang rawat inap sering mengalami ketegangan emosional dan kecemasan, terutama pada pasien lansia, yang dapat memperburuk ketidakstabilan tekanan darah. Meskipun terapi farmakologis telah diberikan, kondisi tekanan darah yang tidak terkontrol secara optimal menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi tidak cukup hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga memerlukan pendekatan nonfarmakologis untuk membantu mengendalikan faktor psikologis yang berperan dalam peningkatan tekanan darah (*American Heart Association* [AHA], 2022).

Perawat sebagai tenaga kesehatan yang memberikan asuhan secara holistik memiliki peran strategis dalam menerapkan intervensi nonfarmakologis yang aman, mudah dilakukan, dan berbasis bukti. Salah satu intervensi keperawatan mandiri yang dapat diterapkan adalah terapi musik. Terapi musik, khususnya musik instrumental, telah digunakan sebagai metode relaksasi untuk menurunkan stres, kecemasan, dan ketegangan emosional, yang secara fisiologis berhubungan dengan peningkatan tekanan darah (Potter, Perry, Stockert, & Hall, 2021). Secara fisiologis, musik instrumental dengan tempo lambat dapat mempengaruhi sistem saraf autonom dengan menurunkan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas parasimpatis. Efek ini menyebabkan penurunan denyut jantung, penurunan resistensi pembuluh darah perifer, serta peningkatan vasodilatasi, sehingga berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah. Selain itu, musik juga dapat menurunkan kadar hormon stres seperti kortisol dan meningkatkan rasa nyaman pada pasien (Bradt & Dileo, 2014). Hasil penelitian dan meta-analisis menunjukkan bahwa terapi musik memiliki efek signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi. Musik instrumental terbukti efektif sebagai terapi pendamping dalam pengelolaan hipertensi, terutama

ketika dikombinasikan dengan perawatan standar. Penelitian internasional melaporkan bahwa pasien hipertensi yang mendapatkan terapi musik mengalami penurunan tekanan darah yang lebih baik dibandingkan dengan pasien yang hanya mendapatkan terapi rutin (Koelsch, 2018; Chen et al., 2023). Di Indonesia, beberapa penelitian lokal juga menunjukkan hasil yang sejalan, di mana terapi musik instrumental mampu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, khususnya pada kelompok lansia. Terapi ini dinilai mudah diaplikasikan, tidak memerlukan biaya besar, dan dapat dilakukan oleh perawat sebagai bagian dari intervensi keperawatan mandiri di ruang rawat inap (Kholifah & Sutanta, 2021; Susilaningsih, 2020). Meskipun memiliki potensi yang besar, penerapan terapi musik di ruang rawat inap belum sepenuhnya menjadi bagian dari praktik keperawatan rutin. Kurangnya pemanfaatan intervensi nonfarmakologis berbasis bukti menjadi tantangan dalam optimalisasi asuhan keperawatan pasien hipertensi. Oleh karena itu, diperlukan analisis penerapan terapi musik sebagai bagian dari praktik keperawatan profesional untuk menilai manfaatnya terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi selama menjalani perawatan di ruang rawat inap (Potter et al., 2021).

Berdasarkan hasil pengamatan di ruang rawat inap, ditemukan beberapa pasien dengan diagnosis hipertensi yang masih menunjukkan tekanan darah di atas nilai normal meskipun telah mendapatkan terapi farmakologis sesuai program medis. Kondisi ini sering disertai dengan keluhan sakit kepala, nyeri tengkuk, serta kecemasan selama menjalani perawatan, terutama pada pasien lansia. Terapi musik ini dipilih sebagai intervensi keperawatan mandiri karena mampu memberikan efek relaksasi, menurunkan kecemasan, serta belum diterapkannya terapi musik instrumental di Rumah Sakit Atma Jaya menjadi peluang bagi perawat untuk mengembangkan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing practice*) yang bersifat holistik, aman, dan mudah dilakukan. Biasanya masalah keperawatan yang sering muncul pada pasien ini adalah kecemasan dan ketidaknyamanan pasien yang belum teratasi secara optimal hanya dengan pemberian obat antihipertensi. Selain itu, lingkungan ruang rawat inap yang relatif bising serta kondisi pasien yang harus

menjalani perawatan dalam waktu tertentu turut memicu peningkatan stres, yang berdampak pada ketidakstabilan tekanan darah. Permasalahan tersebut menunjukkan bahwa terapi farmakologis saja belum sepenuhnya mampu mengatasi masalah keperawatan yang bersifat psikologis, seperti kecemasan dan ketegangan emosional, yang berperan dalam peningkatan tekanan darah. Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan tambahan yang bersifat nonfarmakologis, aman, dan mudah diterapkan oleh perawat, salah satunya adalah terapi musik instrumental. Sehingga berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk menyusun Laporan Karya Ilmiah Akhir Profesi Ners dengan judul “Analisis Penerapan Terapi Musik Instrumental terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Atma Jaya.” Karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi dasar penguatan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based practice*) serta memberikan kontribusi dalam peningkatan kualitas asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

1.2 Rumusan masalah

Apakah terdapat perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah diberikan terapi musik di ruang rawat inap Rumah Sakit Atma Jaya?

1.3 Tujuan study kasus

1.1.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui apakah terdapat perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah diberikan terapi musik di ruang rawat inap Rumah Sakit Atma Jaya.

1.1.2 Tujuan khusus

- A. Mengidentifikasi kondisi tekanan darah pasien hipertensi sebelum penerapan terapi musik instrumental di ruang rawat inap.
- B. Menerapkan terapi musik instrumental sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis berdasarkan hasil penelitian sebelumnya pada pasien hipertensi di ruang rawat inap.
- C. Mengevaluasi perubahan tekanan darah pasien hipertensi setelah penerapan terapi musik instrumental di ruang rawat inap.

D. Mengevaluasi respon pasien terhadap penerapan terapi musik instrumental, terutama terkait tingkat kenyamanan dan relaksasi selama perawatan.

1.4 Manfaat study kasus

1.4.1 Manfaat akademis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa keperawatan mengenai penerapan terapi musik sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Selain itu, studi kasus ini dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dalam mengembangkan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based practice*), khususnya dalam penerapan intervensi mandiri perawat di ruang rawat inap.

1.4.2 Manfaat praktis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan terapi musik sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis pada pasien hipertensi di ruang rawat inap. Terapi musik dapat menjadi alternatif intervensi mandiri yang aman, mudah diaplikasikan, serta mendukung pemberian asuhan keperawatan secara holistik dan berbasis bukti. Selain itu, bagi lembaga rumah sakit, hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan standar pelayanan dan standar prosedur operasional (SPO) keperawatan, khususnya terkait penerapan intervensi nonfarmakologis, sehingga dapat berkontribusi dalam peningkatan mutu pelayanan dan kepuasan pasien.