

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

WHO (*World Health Organization*) dan SEARO (*South East Asia Regional Office*) memperkirakan pada tahun 2020 penyakit tidak menular (PTM) akan menyebabkan 73% kematian dan 60% seluruh kesakitan di dunia diperkirakan hal ini melibatkan negara yang akan merasakan dampak tersebut adalah negara berkembang termasuk Indonesia. Sehingga terjadi peningkatan penderita penyakit tidak menular diberbagai wilayah indonesia (Sherlock et al, 2014).

Berdasarkan data Riskesdes tahun 2013, di dunia terdapat sekitar 972 juta orang atau 26,4% di seluruh dunia mengidap hipertensi. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016). Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada usia ≥ 75 tahun (Infodatin Kemenkes RI, 2016).

Prevalensi hipertensi di Provinsi Lampung memiliki nilai 7,4 lebih tinggi dibanding Provinsi Sumatra Utara yang hanya 6,6 (kemenkes,2013). Prevalensi di Indonesia cukup tinggi angka kejadian berkisar 5-15% populasi dan masih banyak yang belum terjangkau pelayanan kesehatan seperti di pedesaan (Tedjasukmana, 2012). Data dinas kesehatan Provinsi Lampung

tahun 2011 menunjukkan jumlah prevalensi yang berobat di puskesmas Provinsi Lampung sebanyak 81.000 orang (Dinas Kesehatan Propinsi Lampung ,2011).

Hipertensi merupakan penyakit yang fenomenal dan merupakan penyakit yang mayoritas di derita oleh lansia, sehingga hal tersebut menjadi sesuatu yang penting untuk dilakukan penelitian. Bacon, S. L., et al. (2014) menyatakan bahwa kecemasan merupakan salah satu faktor resiko dari peningkatan kejadian hipertensi. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai. Penyakit hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Hipertensi mencetuskan timbulnya plak aterosklerotik di arteri serebral dan arteriol, yang dapat menyebabkan oklusi arteri, cedera iskemik dan stroke sebagai komplikasi jangka panjang (Yonata, 2016).

Kecemasan pada lansia dapat diturunkan dengan berbagai cara seperti melakukan terapi relaksasi otot dalam, aroma terapi, kompres, dan bisa juga menggunakan relaksai bernyayi. Salah satu budaya Bali yang masih berkembang sampai saat ini adalah nyanyian kidung Dewa Yadnya, Rsi Yadnya, Pitra Yadna, Manusa Yadnya, serta Buta Yadnya. Kidung dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti nyanyian, lagu (syair yang dinyanyikan). (Babad Bali, 2005).

Bernyanyi dapat menurunkan kecemasan karena dapat membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi atas fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi meningkatkan memori, serta menyediakan kesempatan yang unik untuk berinteraksi dan membangun kedekatan emosional. Sehingga diharapkan dapat membantu mengatasi stres, mencegah penyakit dan meringankan rasa sakit (Djohan, 2006).

Bernyanyi merupakan pengobatan non farmakologis pada lansia yang memiliki tekanan darah juga dipengaruhi oleh keadaan emosi seseorang, karena emosi akan mengakibatkan dikeluarkannya hormon - hormon yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Keadaan emosi yang waspada akan merangsang dikeluarkannya hormon yang dapat meningkatkan tekanan darah, sedangkan keadaan emosi yang senang, tenang akan merangsang dikeluarkannya hormon yang menyebabkan relaksasi. Bernyanyi membuat suasana hati yang damai, tenang, bahkan gembira. Hal inilah yang berperan dalam menurunkan tekanan darah karena dikeluarkannya hormon yang dapat merelaksasikan pembuluh darah, denyut jantung teratur (Babad Bali ,2005).

Bernyanyi sering dihubungkan dengan keadaan fisik, emosional, dan spiritual. Bernyanyi selama satu kali seminggu dengan durasi 30 menit mampu menciptakan suasana gembira, mengurangi stres, meningkatkan energi, meningkatkan self-confidence, dan harga diri serta meningkatkan kualitas hidup. (Ann & Trish, 2010).

Selain bernyanyi dzikir memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan dan mendatangkan ketenangan jiwa. Setiap bacaan dzikir mengandung makna yang sangat mendalam yang dapat mencegah timbulnya ketegangan. (Subandi,2009).

Selain bernyanyi membuat tenang ada terapi yang membuat tenang yaitu dengan mendekati diri kepada sang pencipta adalah melalui dzikir. dzikir memiliki daya relaksasi yang dapat mengurangi ketegangan (stres) dan mendatangkan ketenangan jiwa. Setiap bacaan zikir mengandung makna yang sangat dalam yang dapat mencegah timbulnya stres. Bacaan yang pertama yaitu Laillahhailallah memiliki arti tiada tuhan yang pantas disembah kecuali Allah SWT, adanya pengakuan bertuhan hanya kepada Allah dalam sebuah keyakinan. Individu yang memiliki kemampuan spiritualitas yang tinggi memiliki keyakinan yang kuat akan tuhan. Keyakinan ini menimbulkan kontrol yang kuat, dapat memaknai dan menerima setiap peristiwa yang tidak menyenangkan ke arah yang lebih positif dan yakin bahwa ada yang optimis. Sikap optimisme, sumber energi baru dalam semangat hidup dan menghapus rasa keputusasaan ketika seseorang menghadapi keadaan atau persoalan yang mengganggu jiwanya, seperti sakit, kegagalan, depresi, dan gangguan psikologis lainnya, seperti kecemasan (Az-Zumaro, 2011).

Berdasarkan data Puskesmas Wates Kabupaten Pringsewu (2019), kejadian penyakit hipertensi pada tahun 2019 terhitung pada bulan Januari sebanyak 128 orang, pada bulan Februari terjadi penurunan dengan jumlah pasien sebanyak 126 orang. Berdasarkan hasil wawancara dan pengecekan tekanan darah dengan 2 orang lansia mendapatkan hasil yaitu 160/80 mmHg dan 160/70 mmHg, yang mengalami kecemasan 10 %. Hasil prasurey di Posyandu lansia di Wates Timur didapatkan kegiatan yang dilakukan penimbangan berat badan, pengukuran tekanan darah. Saat tekanan darah meningkat partisipan hanya istirahat dan minum obat yang didapat di posyandu. Partisipan tidak mengetahui jika ada pengobatan non farmakologis yang bisa dilakukan salah satunya yaitu terapi aktifitas kelompok bernyayi.

Berdasarkan uraian diatas beberapa kegiatan telah dilakukan di Posyandu lansia masih kegiatan rutinitas, peneliti tertarik melakukan penelitian pada lansia dengan Judul “Penerapan TAK Bernyayi pada lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan Di Wilayah Kerja Wates 2019”.

B. Rumusan Masalah

Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada usia ≥ 75 tahun. Prevalensi hipertensi di Provinsi Lampung memiliki nilai 7,4 lebih tinggi dibanding Provinsi Sumatra Utara yang hanya 6,6. Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang sangat fenomenal dan merupakan penyakit yang mayoritas di derita oleh lansia. Hipertensi mencetuskan timbulnya plak aterosklerotik di

arteri serebral dan arteriol, yang dapat menyebabkan oklusi arteri, cedera iskemik dan stroke. Berdasarkan data Puskesmas Wates Kabupaten Pringsewu (2019), kejadian penyakit hipertensi pada tahun 2019 terhitung pada bulan Januari sebanyak 128 orang, pada bulan Februari terjadi penurunan dengan jumlah pasien sebanyak 126 orang. Berdasarkan hasil wawancara dan pengecekan tekanan darah dengan 2 orang lansia mendapatkan hasil yaitu 160/80 mmHg dan 160/70 mmHg, yang mengalami kecemasan 10 %.

Kecemasan pada lansia dapat diturunkan dengan berbagai cara seperti melakukan terapi relaksasi otot dalam, aroma terapi, kompres, dan bisa juga menggunakan relaksai bernyanyi. bernyanyi dapat menurunkan kecemasan karena dapat membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi atas fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi meningkatkan memori, serta menyediakan kesempatan yang unik untuk berinteraksi dan membangun kedekatan emosional. Sehingga diharapkan dapat membantu mengatasi stres, mencegah penyakit dan meringankan rasa sakit. Oleh karena itu dapat dirumuskan pertanyaan peneliti, Bagaimana proses pelaksanaan “Penerapan TAK Bernyanyi pada lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan pada partisipan hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Wates 2019?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

peneliti dapat menggambarkan pelaksanaan penerapan intervensi keperawatan tentang “Penerapan TAK Bernyanyi pada lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan di wilayah kerja PuskesmasWates tahun 2019.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kecemasan pada lansia yang hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi aktifitas kelompok bernyayi
- b. Melakukan rencana tindakan Penerapan TAK Bernyayi pada lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas manfaat penelitian ini yaitu :

1. Bagi Puskesmas

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi puskesmas sebagai pelaksanaan Penerapan TAK Bernyayi pada lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman dan gambaran pada mahasiswa untuk melaksanakan penerapan Penerapan TAK Bernyayi pada lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan masyarakat yang mempunyai lansia dengan hipertensi agar dapat merawat secara mandiri dirumah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi inspirasi bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan tema yang berbeda.