

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang Penelitian**

Penyakit kronis seperti hipertensi mengharuskan penderitanya untuk harus senantiasa menjaga dan mengubah gaya atau pola hidup, seperti salah satu cara yaitu menjaga berat badan, menghindari merokok, mengatur pola makan, mampu mengelola stres, untuk menyesuaikan diri dengan kondisi kesehatannya yang tidak stabil (Hidayat, (2022). Penderita hipertensi dapat mengalami kecemasan karena kekhawatiran akan tuntutan perubahan gaya hidup tersebut, hal inilah yang dapat memperburuk kondisi kesehatan jika dibiarkan berlanjut (Levine, 2014). Rasa cemas dapat berdampak pada kondisi kesehatan penderita yang mungkin bisa saja naik turun secara medis tanda-tanda vital penderita. Hal lain dapat berdampak pada istirahat penderita, dikarenakan penderita sering memikirkan hal-hal yang belum dipahami atau dampak yang terjadi pada proses perjalanan penyakit hipertensinya (Black & Hawks, 2021).

Kecemasan merupakan suatu karakteristik sebuah emosi yang ditandai dengan perasaan tertekan, khawatir serta mengakibatkan terjadinya perubahan fisik salah satunya adalah perubahan tekanan darah. Seseorang yang mengalami kecemasan diakibatkan oleh suatu kondisi atau keadaan yang terjadi diluar batas toleransi tubuh dan pikirannya, hal inilah yang akan berdampak pada kondisi kesehatan penderitanya, terkhususnya pada penderita hipertensi (Veronica, 2019). Ada dua cara atau jenis terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan: terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi sering disebutkan

dengan jenis obat-obatan, sedangkan terapi non-farmakologi sering disebutkan adalah relaksasi, distraksi, dan jenis terapi musik (Alma, 2017).

Tenaga kesehatan khususnya perawat sangat jarang fokus terhadap pengobatan untuk menangani kecemasan penderita hipertensi. Pihak rumah sakit dianggap lebih konsen terhadap pengobatan farmakologi. Salah satu terapi non-farmakologi yang dianggap sangat efektif dalam mengatasi permasalahan kecemasan adalah terapi musik, salah satunya adalah terapi musik klasik. Terapi ini disamping dianggap sangat efektif oleh penggunanya, terapi ini juga tidak memberikan efek samping meski digunakan dalam jangka waktu yang cukup lama (Martini & Hudiawati, 2020).

Prevalensi penderita hipertensi dunia melaporkan bahwa pada tahun 2023 diperkirakan penderita hipertensi mencapai jumlah hampir dua kali lipat secara global selama tiga dekade terakhir, dari 650 juta menjadi 1,3 miliar (WHO, 2024). Di Indonesia hipertensi tercatat sebagai penyebab kematian nomor satu dengan 90-95% kasus. Hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan persentase 10,2% (SKI, 2024). Sumatera Utara mencatat prevalensi hipertensi berada di posisi 4 dibandingkan provinsi lainnya. Kemenkes RI juga mencatat prevalensi hipertensi di Kota Medan mencapai posisi tertinggi sebesar 7.174 jiwa (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Penelitian sejenis dilakukan oleh Supardi, dkk, (2020) menjelaskan bahwa ada pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap perubahan tingkat kecemasan pasien. Penelitian ini dilakukan pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Terdapat perbedaan tingkat kecemasan pada kelompok perlakuan, dimana

sebelum perlakuan tingkat kecemasan mayoritas berat, setelah diberi perlakuan (terapi musik klasik) menjadi mayoritas tingkat kecemasan sedang.

Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan oleh kelompok peneliti di Rumah Sakit Umum Royal Prima pada awal bulan Februari 2025, peneliti menemukan beberapa informasi terkait judul penelitian. Informasi tersebut adalah bahwa jumlah kunjungan penderita hipertensi setiap bulannya sekitar 240-260 pasien yang tersebar di gedung A dan B penyakit dalam. Jumlah pasien hipertensi ini sedang menjalani pengobatan terhadap penurunan tekanan darah, namun pasien belum pernah mendapatkan terapi dalam mengatasi kecemasan yang sedang dialami pasien selama di rawat inap di rumah sakit.

Peneliti juga melakukan tanya jawab kepada lima pasien hipertensi tentang terapi musik klasik dan proses pengobatan terhadap tekanan darah. Peneliti menemukan beberapa informasi dari pasien langsung kalau mereka merasakan cemas terhadap proses pengobatan dalam menurunkan tekanan darahnya dan pasien belum pernah mendengar tentang terapi musik klasik dapat menurunkan tekanan darah, bahkan pasien juga belum pernah mendapatkan terapi untuk mengatasi kecemasan dan penurunan tekanan darahnya.

### **Rumusan Masalah**

Penderita hipertensi sering mengalami kecemasan terhadap proses perjalanan penyakitnya. Kondisi ini jika tidak segera ditanggulangi maka akan berdampak pada kondisi fisik penderita, untuk itulah peneliti ingin mengetahui apakah ada pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap penurunan

tingkat kecemasan penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Royal Prima?

## **Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Berdasarkan paparan permasalahan diatas maka peneliti menentukan tujuan umum penelitian yaitu “pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Royal Prima Royal Prima. Disamping tujuan umum penelitian, peneliti juga merumuskan apa yang menjadi tujuan khusus peneltian.

### **2. Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik penderita hipertensi yang mengalami kecemasan di Rumah Sakit Umum Royal Prima.
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan pasien hipertensi sebelum dilakukan intervensi pemberian terapi relaksasi musik klasik di Rumah Sakit Umum Royal Prima.
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan pasien hipertensi setelah dilakukan intervensi pemberian terapi relaksasi musik klasik di Rumah Sakit Umum Royal Prima.
4. Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap perubahan tingkat kecemasan penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Royal Prima.

## **Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Tempat Penelitian**

Sumber informasi yang sangat penting terumata dalam mengatasi masalah kecemasan yang dialami oleh penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Royal Prima.

### **2. Bagi Instansi Pendidikan**

Berdampak sebagai sumber informasi dan referensi bagi peserta didik dalam meningkatkan wawasan dan pengetahuan bagi mahasiswa FKK UNPRI.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu acuan dan perbandingan dalam pengembangan dan penentuan tema serta judul penelitian yang sejenis dengan judul penelitian ini.