Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 1, Januari 2022, hal, 96-102
E-ISSN 2809-3623
Homepage: https://journal.sinergicendikia.com/index.php/emp

Implementasi Terapi Musik Klasik Kepada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Palembang

Abu Bakar Sidik

STIK Bina Husada Palembang
Jalan Syech A Somad No.28, 22 Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia
Email: abubakaraav@gmail.com

ABSTRAK. Lebih dari 1 dari 5 orang dewasa di seluruh dunia mengalami hipertensi. Hipertensi menyebabkan 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahun (WHO,2015). Berdasarkan data dari Riskesdas 2018, 63 juta lebih penduduk Indonesia saat ini menderita hipertensi. Dengan angka kematian akibat hipertensi mencapai 427.218 kematian dan jumlah kematian akibat hipertensi pada umur lansia 60-75 tahun sebanyak 55,2 persen. Pada lansia terapi musik dapat diberikan untuk mengurangi cemas, depresi dan mengurangi tekanan darah. Tujuan dari implementasi terapi ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan kemampuan untuk melaksanakan terapi musik klasik kepada lansia yang menenderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Palembang. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa edukasi dan simulasi dalam menggunakan alat terapi musik. Disimpulkan bahwa terapi music klasik dapat membantu upaya penyembuhan pasien penderita hipertensi

Kata Kunci: Hipertensi, Terapi Musik-Klasik, Lansia

ABSTRACT. More than one-fifth of the world's adults had hypertension. Hypertension caused 9. 4 million deaths worldwide each year (who, 2015). According to riskesdas 2018 data, more than 63 million indonesians currently had hypertension. The mortality rate due to hypertension reached 27,218 people, and the number of deaths due to hypertension in 6075-year-old people reached 55. 2%. In the elderly, music therapy could been used to reduce anxiety, depression, and lowered blood pressure. The goal of implementing this therapy was to understand and been able to practiced classical music therapy for the elderly with hypertension at the tresna werdha harapan kita social institute in palembang. Activities were conducted in the form of instruction and simulation of the used of music therapy instruments. It had been concluded that classical music therapy could helped cure hypertension patients.

Keywords: *hypertension, classical music therapy, elderly*

Published by Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat | This is an open access article distributed under the CC BY SA license https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0

Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 1, Januari 2022, hal, 96-102
E-ISSN 2809-3623
Homepage: https://journal.sinergicendikia.com/index.php/emp

PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang RI No.36 Tahun 2009 tentang kesehatan pasal 1 menyatakan bahwa kesehatan adalah keadaan sehat adalah baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Bustan, 2012). Pertumbuhan dan perkembangan pada anak terjadi mulai dari pertumbuhan dan perkembangan secara fisik, intelektual, maupun emosiaonal. Pertumbuhan dan perkembangan secara fisik dapat berupa perubahan ukuran besar kecilnya fungsi organ mulai dari tingkat sel hingga perubahan secara simbolik maupun abstrak, seperti berbicara, bermain, berhitung, membaca (Hidayat, 2009). Dengan semakin bertambahnya usia, kemungkinan seseorang menderita hipertensi juga semakin besar. Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang timbul akibat adanya interaksi dari berbagai faktor risiko terhadap timbulnya hipertensi. Hilangnya elastisitas jaringan dan arterosklerosis serta pelebaran pembuluh darah adalah faktor penyebab hipertensi pada usia tua (Ip. Suiraoka, 2012).

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang ditunjukkan oleh angka systolik dan angka dibawah diastolik pada 6 pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukuran tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa (sphygmanometer) atau alat digital lainnya (Pudiastuti, 2013). Lebih dari 1 dari 5 orang dewasa di seluruh dunia mengalami hipertensi. Sebuah kondisi yang menyebabkan sekitar setengah dari semua kematian akibat stroke dan penyakit jantung. Hipertensi menyebabkan 9,4 juta kematian di seluruh dunia setiap tahun. Negaranegara berpenghasilan rendah memiliki prevalensi hipertensi tertinggi dibandingkan negara besar. Di wilayah WHO Afrika, lebih dari 30% dari orang dewasa di banyak negara diperkirakan memiliki tekanan darah tinggi dan proporsinya meningkat. Selain itu, tingkat tekanan darah rata-rata di wilayah ini jauh lebih tinggi dari rata-rata global (WHO, 2015).

Berdasarkan hasil data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 30-45 tahun (31,6%), umur 45-60 tahun (45,3%), umur 60-75 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan.

Indonesia mengalami transisi epidemiologi penyakit dan kematian yang disebabkan oleh gaya hidup, meningkatnya sosial ekonomi dan bertambahnya harapan hidup. Pada awalnya, penyakit didominasi oleh penyakit menular namun saat ini penyakit tidak menular (PTM) terus mengalami peningkatan dan melebihi penyakit menular. Tingginya permasalahan PTM di Indonesia memerlukan upaya pengendalian yang memadai dan komprehensif melalui promosi, deteksi dini, pengobatan, dan rehabilitasi. Kasus penyakit PTM terbanyak adalah hipertensi dengan jumlah kasus 47.090 kasus (Dinkes Sumsel, 2014). Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Palembang, angka kejadian penyakit hipertensi mengalami peningkatan dari tahun ke

Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 1, Januari 2022, hal, 96-102
E-ISSN 2809-3623
Homepage: https://journal.sinergicendikia.com/index.php/emp

tahun. Pada tahun 2015 sebanyak 6.892 kasus, pada tahun 2016 sebanyak 7.879 kasus, dan pada tahun 2017 sebanyak 20.884 kasus (Dinkes Sumsel, 2018).

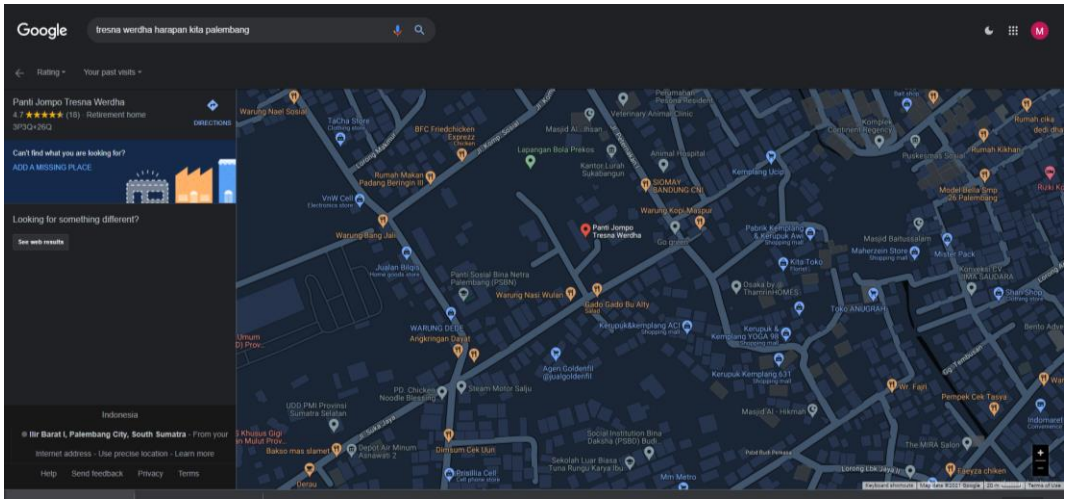
Pada lansia terapi musik dapat diberikan untuk mengurangi cemas, depresi dan tekanan darah terutama lansia yang tinggal di panti karena dengan musik akan memberikan peluang kepada situasi yang menyenangkan, rileks, mengurangi rasa sakit, agitasi dan kesempatan untuk bersosialisasi dan mengenang memori atau peristiwa dan makna yang menyertai dari lagu.musik tersebut (Nurgiwiati, 2015). Intervensi menggunakan terapi musik dapat mengubah ambang otak yang dalam keadaan stress menjadi lebih adaptif secara fisiologis dan efektif. Musik tidak membutuhkan otak untuk berfikir maupun menginterpretasi, tidak pula dibatasi oleh fungsi intelektual maupun fikiran mental.

Musik tidak memiliki batasan-batasan sehingga begitu mudah diterima organ pendengaran. musik diterima melalui syaraf pendengaran kemudian iartikan oleh otak atau sistem limbik. Musik dapat pula beresonasi dan bersifat naluriah sehingga dapat langsung masuk ke otak tanpa melalui jalur kognitif. Lebih jauh lagi, terapi musik tidak membutuhkan panduan fungsi intelektual tinggi untuk berjalan efektif (Setyoadi & Kushariadi, 2011). Semua jenis musik dapat digunakan sebagai terapi. seperti lagu-lagu rileksasi, lagu popular, maupun klasik. Namun dianjurkan agar memilih lagu dengan tempo sekitar 60 ketukan per menit yang bersifat rileks. Jika temponya terlalu cepat stimulus yang masuk akan membuat kita mengikuti irama tersebut sehingga tidak mencapai keaaan istirahat yang 8 optimal. Musik klasik sering kali menjadi acuan untuk terapi musik ini (Setyoadi & Kushariadi, 2011). Pelaksanaan kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan keterampilan dalam implementasi terapi musik klasik terhadap hipertensi pada lansia dengan penderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Palembang.

Dari pendahuluan diatas dapat dilihat bahwa terapi yang dianjurkan penderita Hipertensi pada lansia adalah terapi non farmakologis sehingga ingin mengetahui terapi music kelasik terhadap lansia yang menderita hipertensi di Panti Sosial. Tresna Werdha Harapan Kita Palembang Tahun 2021. Alasan dalam memilih panti tersebut adalah sesuai dengan dengan tujuan penelitian yaitu memberikan pemahaman dan edukasi terhadap lansia yang berada di panti dan jarak penelitian berada di pusat kota Palembang.

Gambar 1. Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 1, Januari 2022, hal, 96-102
E-ISSN 2809-3623
Homepage: https://journal.sinergicendikia.com/index.php/emp



Gambar 2. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

METODE

Persiapan

1.) Dosen yang bersangkutan mengajukan permohonan kelokasi pengabdian.
2.) Mengadakan konsultasi dan meminta ijin pelaksanaan pengabdian.
3.) Mempersiapkan Kerangka Acuan Kegiatan (KAK) serta materi kegiatan penyuluhan tentang Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia
4.) Setelah persiapan selesai, menetapkan waktu kegiatan yaitu pada bulan Febuari 2021.
5.) Pembuatan laporan.

Tahap pelaksanaan

Pada tahap ini, setelah mengetahui lokasi pengabdian yang akan dilaksanakan, selanjutnya diadakan bimbingan teknis tentang rangkaian kegiatan yang akan di lakukan. Materi bimbingan teknis yang disampaikan adalah sebagai berikut :

1.) Prosedur pelaksanaan kegiatan
2.) Penjelasan tentang konsep terapi music klasik.
3.) Aturan selama mengikuti proses pelaksanaan kegiatan

Pelaporan

Pembuatan laporan dilaksanakan setelah pelaksanaan pengabdian selesai dilaksanakan, garis besar laporan yang dibuat adalah data hasil pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subyek yang berpatisipasi

Berdasarkan hasil pengabdian yang diperoleh melalui penyuluhan terapi music klasik untuk menjelaskan masing masing lansia yang berpartisipasi mengikuti terapi music klasik di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Palembang tahun 2021.

Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan untuk memberikan edukaasi dan pemahaman kepada lansia tentang terapi musik klasik yang dilakukan di Panti Sosial

Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 1, Januari 2022, hal, 96-102
E-ISSN 2809-3623
Homepage: https://journal.sinergicendikia.com/index.php/emp

Tresna Werdha Harapan Kita Palembang. Terapi musik yang diberikan kepada pasien bertujuan mengembangkan fungsi komunikasi, kognitif, motorik, emosional dan kemampuan sosial dengan cara mendengarkan, membayangkan dan menyanyikan lagu, memainkan instrument musik, bergerak mengikuti irama musik/berjoget, mendiskusikan/mengekspresikan fikiran dan perasaan menciptakan lagu/musik. Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik adalah disesuaikan dengan tujuan terapi bagi pasien. Berdasarkan hasil pengabdian dapat di nyatakan bahwa terapi music klasik memiliki pengaruh terhadap tekanan darah penderita hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Palembang. Di dunia kedokteran modern, musik masih dinilai memiliki aspek terapis yang penting dan menyehatkan, asalkan dilakukan dengan hentakan 60-80 kali per menit mengurangi kesiagaan sistem saraf pusat dan menghasilkan keadaan hipnotik yang santai. Terapi musik juga dapat meningkatkan relaksasi klien yang menggunakan ventilasi mekanis.

Gambar 3. Foto Kegiatan PKM

Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 1, Januari 2022, hal, 96-102
E-ISSN 2809-3623
Homepage: https://journal.sinergicendikia.com/index.php/emp

Gambar 4. Kegiatan PKM

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Palembang tahun 2021,tentang penyuluhan terapi music klasik di simpulkan bahwa terapi music klasik dapat membantu upaya penyembuhan pasien penderita hipertensi.

REFERENSI

A, Angraeni Widya *et al*. 2014. *Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas segeri kabupaten pangkep*. Bagian epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanudin.

Azizah. Lilik Ma'rifatul, 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*, Graha Ilmu: Yogyakarta.

Casey, Aggie & Benson, Herbert. 2006. *Menurunkan Tekanan Darah*, Pt. Bhuana Ilmu Populer: Jakarta.

Data Riset Kesehatan Dasar, 2021. Badan pengabdian dan pengembangan kesehatan kementrian kesehatan RI tahun 2019.(online).

http://dinkes.bantenprov.go.id/upload/articledoc/Hasil Riskesdas 2013.pdf. diakses pada tanggal 25 Maret 2021 jam 11.39 WIB

Data Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Palembang tahun 2021.

Hidayah, Nurul *et al*. 2015. *Perbandingan efektivitas terapi musik klasik dengan aromaterapi mawar terhadap tekanan darah pada pederita hipertensi*. Program Studi Ilmu

Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat
Volume 1 Nomor 1, Januari 2022, hal, 96-102
E-ISSN 2809-3623
Homepage: https://journal.sinergicendikia.com/index.php/emp

HW, Teguh Wangsa. 2013. *Mukjizat Musik Terapi Jitu Kecerdasan Anak Melalui Musik*. Maghfur MR (Ed). Lintang Aksara. Yogyakarta

Ip. Suiraoka, 2012. *Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Risiko 9 Penyakit Degeneratif*, Nuha Medika: Yogyakarta.

Jasmarizal *et al*. 2011. *Pengaruh terapi musik klasik (Mozart) terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas air dingin kecamatan koto tangah padang.* Stikes Mercubaktijaya: Padang.

Lily, *et al*. 2019. *Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Hipertensi Di Puskesmas Kota Palembang;* Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang

Maryam. R. Siti dkk, 2012. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*, Salemba Medika: Jakarta.

Notoatmodjo. Soekidjo, 2010. *Metodologi Pengabdian Kesehatan,* Ed. Rev. Rineka Cipta: Jakarta.

Pudiastuti, Ratna Dewi, 2013. *Penyakit-Penyakit Mematikan*, Nuha Medika: Yogyakarta.

Setiadi, 2013. *Konsep dan Praktik Riset Keperawatan Edisi kedua,* Graha Ilmu: Yogyakarta.

Setyoadi & Kushariyadi. 2011. *Terapi Modalitas Keperawatan pada klien Psikogeriatrik*, Salemba Medika: Jakarta.

Sharif La Ode, 2012. *Asuhan keperawatan gerontik berstandarkan Nanda, NIC dan NOC,* Nuha Medika: Yogyakarta

Suandika, Made *et al*. 2013. *Pengaruh terapi musik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien post hemodialisa di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto.* Stikes Harapan Bangsa Purwokerto.