

**KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TERAPI MUSIK KLASIK  
PADA KELUARGA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN  
MASALAH GANGGUAN POLA TIDUR  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
SUKARAMI LAHAT  
TAHUN 2025**



**OLEH :**

**YOLA PAUZIA**

**(PO.71.20.5.22.025)**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN KAMPUS KABUPATEN  
LAHAT DIPLOMA TIGA POLTEKKES KEMENKES  
PALEMBANG TAHUN 2025**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN TERAPI MUSIK KLASIK  
PADA KELUARGA PENDERITA HIPERTENSI DENGAN  
MASALAH GANGGUAN POLA TIDUR  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
SUKARAMI LAHAT  
TAHUN 2025**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Ahli Madya Keperawatan



**OLEH :**  
**YOLA PAUZIA**  
**(PO.71.20.5.22.025)**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN KAMPUS KABUPATEN  
LAHAT DIPLOMA TIGA POLTEKKES KEMENKES  
PALEMBANG TAHUN 2025**

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah dalam arteri meningkat secara persisten, dengan tekanan sistolik yang melebihi 140 mmHg dan tekanan distolik diatas 90 mmHg (Ashari et al., 2023). Gejala yang umum terjadi pada penderita hipertensi antara lain sakit kepala, sesak napas, kelelahan, telinga berdenging, gangguan penglihatan, detak jantung yang tidak teratur, perasaan cemas, serta kesulitan tidur (Ashari et al.,2023)

Hipertensi juga disebut The Silent Killer karena termasuk penyakit mematikan, bahkan hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat dan mematikan serta meningkatkan resiko serangan jantung (Kurniawan ,& Sulaiman, 2019)

Menurut WHO (*World Health Organization*) disebutkan bahwa hampir 17 juta orang meninggal lebih awal tiap tahunnya sebagai akibat epidemik penyakit tidak menular. Pada tahun 2025 nanti, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2%. Dari 972 juta penderita hipertensi, 639 juta berada di negara sedang berkembang, termasuk Indonesia dan 333 sisanya berada di negara maju. WHO mencatat sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk di seluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2019. Tahun 2022 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi.(Hypertension.,2019).

Berdasarkan sumber di atas dapat di simpulkan bahwa hipertensi adalah penyakit yang tidak menular yang cukup berbahaya karena tidak menimbulkan gejala yang spesifik, hipertensi tidak langsung membunuh penderitanya, melainkan memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat dan mematikan serta meningkatkan resiko serangan jantung .

Penderita hipertensi di Indonesia sebanyak 31,7% yang berarti hampir 1 dari 3 penduduk usia dari 18 tahun keatas menderita hipertensi. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (31,34%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%) dibandingkan dengan perdesaan (33,72%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur.(Kemenkes, 2019)

Pada tahun 2022, jumlah estimasi penderita hipertensi berusia  $\geq 15$  tahun di Provinsi Sumatera Selatan sebanyak 1.979.134 orang. Kota Palembang menyumbang angka tertinggi sebesar 411.518 penderita hipertensi. Sedangkan Kota pagar alam menjadi wilayah dengan penderita hipertensi terendah, yaitu sebanyak 32.127 orang. Dari jumlah estimasi penderita hipertensi tersebut hanya 31,4% (10.089 penderita) yang mendapatkan pelayanan kesehatan. (Dinkes Prof sumsel, 2023). Sedangkan angka kejadian hipertensi berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Lahat Hipertensi berada di deretan ke 4 dari 10 penyakit terbanyak di kabupaten Lahat yakni sebanyak 15.914 (Profil Dinkes Kabupaten Lahat), Menurut data Puskesmas Sukarami pada tahun 2022 yang diperoleh penderita penyakit hipertensi berjumlah 1.545 kunjungan kasus ( penderita hipertensi laki-laki 668 ;penderita hipertensi perempuan 887 pada tahun 2024 penderita hipertensi di ouskesmas sukarami berjumlah 324

Berdasarkan tanda dan gejala yang ditimbulkan oleh penyakit hipertensi salah satunya yaitu pasien dengan hipertensi akan mengalami tanda dan gejala gangguan rasa nyaman, gangguan rasa nyaman adalah perasaan kurang senang, lega dan sempurna dalam dimensi fisik, psikospiritual, lingkungan dan sosial. Akibat yang akan ditimbulkan adalah gelisah, mual, kebingungan, kelelahan, sulit tidur. Apabila tidak segera diatasi maka akan menyebabkan pembuluh darah yang menyempit dan menyebabkan terhambatnya jaringan sel otak. (Smeltzer, S.C., 2016).

Gangguan Tidur merupakan suatu kumpulan kondisi yang dicirikan dengan gangguan dalam jumlah, kualitas atau waktu tidur pada seorang individu. Seorang lansia akan membutuhkan waktu lebih lama untuk masuk tidur (berbaring lama di tempat tidur sebelum tertidur) dan mempunyai lebih

sedikit atau lebih pendek waktu tidur nyenyaknya (Hasibuan & Hasna, 2021). Gangguan pola tidur merupakan keadaan ketika individu suatu perubahan dalam kuantitas atau kualitas pola istirahatnya yang menyebabkan rasa tidak nyaman atau mengganggu gaya hidup yang diinginkannya (Madeira et al., 2019). Menurut data dari WHO (world health organization) dalam (Juwita et al., 2023) kurang lebih 19,1% penduduk dunia pernah mengalami gangguan sulit tidur dan meningkat setiap tahunnya dengan keluhan yang sedemikian hebat sehingga menyebabkan tekanan jiwa bagi penderitanya. Insomnia merupakan gangguan tidur yang paling sering ditemukan. Setiap tahun diperkirakan sekitar 25%-57% dilaporkan lansia mengalami gangguan tidur dan sekitar 19% mengalami gangguan tidur yang serius.

Berdasarkan dampak yang ditimbulkan oleh penyakit hipertensi tersebut maka perawat mempunyai peran penting untuk mengatasi keluhan yang mungkin terjadi pada pasien dan keluarga hipertensi dengan melakukan Asuhan Keperawatan Khususnya di keluarga. Penguasaan ini sangat membantu dalam memberikan arah penyelesaian dalam menghadapi berbagai permasalahan kesehatan keluarga. (Kholifah & Widagdo, Keperawatan Keluarga dan Komunitas, 2016).

Untuk menunjang penatalaksanaan medis dan mendukung asuhan keperawatan pada klien dan keluarga, maka dibutuhkan beberapa intervensi. Menurut (Hesti Titis Prasetyorin, 2012). Berdasarkan intervensi dalam asuhan keperawatan perawat dapat memberikan konseling, memberikan motivasi dan mengajarkan teknik distraksi pada keluarga untuk dapat memodifikasi lingkungan yang nyaman dan memanfaatkan pelayanan kesehatan untuk mengatasi masalah hipertensi

Peningkatan pemenuhan kebutuhan tidur dapat dilakukan dengan mengajarkan cara-cara menstimulus dan memotivasi tidur. Terapi nonfarmakologis untuk meningkatkan kualitas tidur yaitu massage, terapi musik, pengaturan posisi, akupresure, relaksasi otot progresif dan aromaterapi. Salah satu metode relaksasi yang dapat membantu meningkatkan kualitas tidur adalah terapi musik klasik. Sejak lama, musik dipercaya memiliki efek terapeutik dalam proses penyembuhan karena dapat membantu seseorang mencapai kondisi yang nyaman dan rileks.

Musik berperan dalam meningkatkan, menjaga, serta memulihkan kondisi emosional, mental, fisik, kesehatan sosial, dan spiritual seseorang. Musik klasik, seperti karya Mozart, Bach, Beethoven, dan Vivaldi, diketahui dapat membantu mengurangi stres, meredakan ketegangan, meningkatkan energi, memperkuat daya ingat, serta memperbaiki kualitas tidur (Kamagi & Sahar, 2021).

Terapi musik memiliki beberapa keunggulan, di antaranya adalah mudah dilakukan, terjangkau, bersifat non-invasif, serta tidak menimbulkan efek samping setelah diberikan. Mendengarkan musik dapat memberikan dampak positif bagi individu, baik dari segi fisiologis, psikologis, sosial, maupun emosional (Stegemann et al., 2019).

Musik klasik dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mengatasi gangguan pola tidur pada lansia. Dengan irama yang lembut dan tempo yang lambat, musik klasik memberikan efek positif yang dapat membangkitkan semangat, menenangkan hati, dan menciptakan perasaan rileks saat didengarkan. Inilah yang menjadikan musik klasik efektif dalam membantu mengurangi gangguan tidur (Nada et al., 2022).

Penelitian dari hasyim ashari, dwi nur rahamtika puji safitri, nikmatul khayati, yang berjudul efektivitas musik terhadap gangguan pola tidur, Terapi musik memiliki manfaat bagi pasien yang mengalami insomnia. Mendengarkan musik yang bersifat universal dapat menciptakan rasa nyaman, menyenangkan, dan rileks, sehingga tubuh menjadi lebih bertenaga dan segar. Tujuan dari terapi musik adalah untuk menghibur lansia, meningkatkan semangat hidup, serta membantu mereka mengenang masa lalu, yang pada akhirnya dapat memberikan efek relaksasi, terutama dengan mendengarkan musik keroncong (Ashari et al., 2023).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Napitupulu & Sutriningsih, 2019) menyimpulkan bahwa terjadi perubahan pada responden umur >65 tahun sebanyak 30 orang yang mengalami gangguan pola tidur pada saat sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik. Berdasarkan hasil uji pasired Wilcoxon didapatkan hasil  $p < 0,05$ .

Penelitian yang dilakukan oleh (Kamagi & Sahar, 2021), menunjukkan hasil bahwa terapi musik dengan tempo 60-80 beat yang

didengarkan selama 30-60 menit sebelum tidur selama kurang lebih 1-2 minggu memiliki pengaruh dalam meningkatkan kualitas tidur dengan efek positif pada skor Pittsburgh Sleep Quality Index (PSOI).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah Terapi Musik (klasik) Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Diwilayah Puskesmas Sukarami Gumay Talang Kabupaten Lahat, Tahun 2025.

## **1.2 RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis menerapkan rumusan masalah “Bagaimana Implementasi Keperawatan Terapi Musik (klasik) Pada Anggota Keluarga Pada Penderita Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Diwilayah Puskesmas Sukarami Gumay Talang Kabupaten Lahat Tahun 2025”

## **1.3 TUJUAN**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menerapkan Implementasi Keperawatan Terapi Musik (klasik) pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Puskesmas Gumay talang , Tahun 2025.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mendeskripsikan pemberian Implementasi Keperawatan Terapi Musik (klasik) Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Puskesmas Gumay talang , Tahun 2025 melalui asuhan keperawatan
2. Menganalisis hasil Implementasi Keperawatan Terapi Musik (Klasik) Pada Anggota Keluarga Yang Mengalami Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Puskesmas Gumay talang, Tahun 2025.

## **1.4 MANFAAT PENULISAN**

### **14.1. Bagi Pasien / Keluarga**

Diharapkan dengan adanya penulisan ini dapat menambah wawasan dan membantu pasien/keluarga dalam mengatasi gangguan pola tidur pada pasien hipertensi dengan menggunakan cara yang sederhana dan mudah yaitu dengan terapi Musik.

### **14.2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan**

Diharapkan dengan adanya penulisan ini menambah wawasan ilmu dan teknologi terapan bidang keperawatan dalam penanganan untuk mengurangi gangguan pola tidur pada penderita hipertensi.

### **14.3. Bagi Tempat Pelaksanaan Studi Kasus/Puskesmas**

Diharapkan dapat menambah ilmu yang sudah dilakukan dan memberikan informasi kepada tenaga kesehatan tentang Implementasi Keperawatan Terapi Musik Pada Anggota Keluarga Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di Wilayah Puskesmas Sukarame Lahat Tahun 2024.

h. *Group network family*

Keluarga inti yang dibatasi oleh set aturan/nilai-nilai, hidup berdekatan satu sama lain dan saling menggunakan barang-barang rumah tangga bersama, pelayanan, dan bertanggung jawab membesarkan anaknya

i. *Foster family*

Keluarga menerima anak yang tidak ada hubungan keluarga/saudara di dalam waktu sementara, pada saat orang tua anak tersebut perlu mendapatkan bantuan untuk menyatukan kembali keluarga yang aslinya.

j. *Homeless family*

Keluarga yang terbentuk dan tidak mempunyai perlindungan yang permanen karena krisis personal yang dihubungkan dengan keadaan ekonomi dan atau problem kesehatan mental

k. *Gang*

Sebuah bentuk keluarga yang destruktif dari orang-orang muda yang mencari ikatan emosional dan keluarga yang mempunyai perhatian tetapi berkembang dalam kekerasan dan kriminal dalam kehidupannya.

### 2.1.3 Struktur Keluarga

Menurut Friedman (2003) dalam Nadirawati (2018) Salah satu pendekatan dalam keluarga adalah pendekatan struktural fungsional, Struktur keluarga menyatakan bagaimana keluarga disusun atau bagaimana unit unit ditata dan saling terkait satu sama lain. Struktur dalam keluarga terbagi menjadi 4 yaitu:

1. Pola komunikasi keluarga

Dalam pola komunikasi ini biasanya disebut stimulus respons, komunikasi semacam ini kadang terjadi ketika orang tua mengasuh bayi ataupun sebaliknya. Orang tua lebih aktif dan kreatif dalam merespon (stimulus). Melalui model komunikasi yang berfungsi dengan baik ini, penyampaian pesan (pembicara) akan

mengungkapkan pendapat, meminta dan menerima umpan balik. Di sisi lain, penerima pesan selalu siap mendengarkan, memberikan umpan balik, dan verifikasi.

## 2. Struktur Peran

Struktur peran adalah serangkaian perilaku yang diharapkan dari posisi tertentu. Ayah berperan sebagai kepala keluarga, ibu berperan sebagai daerah domestik keluarga, dan anak memiliki perannya masing-masing dan berharap dapat saling memahami dan mendukung

## 3. Struktur Kekuatan

Kondisi struktur keluarga yang menggambarkan adanya kekuasaan yang digunakan untuk mengontrol dan mempengaruhi anggota keluarga lainnya dalam sebuah keluarga, setiap individu dalam keluarga memiliki kekuatan untuk mengubah perilaku anggotanya ke arah yang lebih positif dalam hal perilaku dan kesehatan. ketika seseorang memiliki kekuatan sebenarnya dia dapat mengontrol interaksi.

## 4. Nilai-Nilai Dalam Kehidupan Keluarga

Di dalam kehidupan keluarga sikap maupun kepercayaan sangat penting dimana didalamnya terdapat nilai yang merupakan sistematis. Nilai-nilai kekeluargaan juga dapat digunakan sebagai pedoman dalam menetapkan norma dan aturan. Norma merupakan perilaku sosial yang baik berdasarkan sistem nilai keluarga. Nilai-nilai dalam keluarga tidak hanya dibentuk oleh keluarga itu sendiri, tetapi juga turunkan oleh keluarga istri atau suami. Perpaduan dua nilai dengan nilai berbeda akan menciptakan nilai baru bagi sebuah keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Assari, Ni Putu Yuliana, Ida Ayu Manik Parthaa Sutema, and I Gusti Made Aman. 2022. "Insomnia Pada Lansia Di Banjar Gede Kelurahan Sempidi." *Jurnal Ilmiah Manuntung: Sains Farmasi dan Kesehatan* 8(1):113-19. doi: <https://doi.org/10.51532/jim.v8i1.505>.
- Azrul AB and Safruddin. 2021. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Bulukumba: LP2M STIKES Panrita Husada Bulukumba.
- Geovany, Aulliya and Gatot Suparmanto. 2024. "Nursing Study Program Of Diploma 3 Programs Faculty Of Health Sciences University Of Kusuma Husada Surakarta 2024."
- Hasibuan, Robiah Khairani, and Jullinar Aulia Hasna. 2021. "Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat." *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan* 17(2):187. doi: 10.24853/jkk.17.2.187-195.
- Kamagi, Reisani Hardi, and Junaiti Sahar. 2021. "Terapi Musik pada Gangguan Tidur Insomnia." *Journal of Telenursing (JOTING)* 3(2):797–809. doi: 10.31539/joting.v3i2.3002.
- Lukitaningtyas, Dika and Eko Agus Cahyono. 2023. "Hipertensi; Artikel REVIEW." *Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan* 2(2):100-117. doi: 10.56586/pipk.v2i2.272.
- Sari, Nova Williya, Ali Harokan, and Arie Wahyudi. 2025. "Analisis Kepuasan Pasien Hipertensi Terhadap Mutu Pelayanan Posbindu Ptm Di Puskesmas Sukarami Lahat." *Jurnal Ners Universitas Pahlawan* 9(1):570-77.
- Sari, Novita Wulan, and Tuti Anggarawati. 2022. "Pengaruh Terapi Musik Gamelan Terhadap Penurunan Insomnia Lansia Di Masyarakat." *Jurnal Fisioterapi Dan Ilmu Kesehatan Sisthana* 4(1):19–23. doi: 10.55606/jufdikes.v4i1.4.