

PENGARUH BUDAYA BALI KIDUNG WARGA SARI TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI BANJAR CELUK DESA DALUNG BADUNG

I Wayan Artana
Program Studi S1 Keperawatan
STIKES Bina Usaha Bali
wayan.artana473@gmail.com

ABSTRACT

Elderly appear on various degenerative disease one of the increase in blood pressure. One way to lowering blood pressure on elderly by sing (Warga Sari song). This study aimed at finding the influence of warga Sari song towards blood. This research used pre-experimental with a kind of pretest-posttest without the control group. The sample determination of total sampling. The Sample in this study were about 39 elderlies. The analyzed data used paired samples T-Test to compare the pretest and posttest. The average of systolic blood pressure before and after the Warga Sari song given was around $(1,69 \pm 0.80)$ and $(1,44 \pm 0.50)$.

The average blood diastolic pressure before and after Warga Sari song given was around $(1,69 \pm 0.80)$ and $(1,44 \pm 0.50)$. Based on statistical tests paired T-Test samples obtained $p(0,003) < (0,05)$ so that it can concluded that there was the significant influence of Warga Sari song towards systolic and diastolic blood pressure on elderly in Banjar Celuk Dalung Village Badung 2016. This study expected that it could be used by non pharmacological therapy in elderly blood pressure problem solving and used as additional literature in the health study afterwards,

Keywords: *elderly, warga Sari Song, blood pressure*

LATAR BELAKANG

Kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh ketersediaan Sumber Daya Manusia (SDM), Sumber Daya Alam (SDA), serta adanya Prasarana-sarana. SDA mempunyai peranan sekitar 69%, SDA 16%, prasarana dan sarana 15%. Perkembangan SDM dalam bidang Ilmu Pengetahuan dan teknologi (IPTEK) kedokteran mempunyai dampak yang positif telah berhasil meningkatkan kualitas hidup manusia, begitu juga umur harapan hidup menjadi lebih panjang, penduduk yang berumur lansia menjadi lebih banyak. Seseorang dikatakan sudah memasuki lansia bila berumur 60 tahun keatas baik laki maupun wanita (UU no 13 tahun 1998, tentang kesejahteraan lansia).

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2015), pada tahun 2014 di Indonesia, terdapat 18.283.107 penduduk lansia. Jumlah ini akan melonjak hingga kurang lebih 30 juta pada tahun 2020, dengan umur harapan hidup kurang lebih 70 tahun. Bali mempunyai pertumbuhan lansia rata rata sebesar 1,8 persen per tahun. Pada tahun tahun 2015 jumlah lansia di Bali lebih kurang 432.000 orang (11,4%). Kabupaten Badung, pada tahun 2014 jumlah

penduduknya sebesar 309.300 jiwa dimana jumlah lansia mencapai 40.589 orang. Khusus untuk wilayah Kecamatan Kuta Utara jumlah penduduk tahun 2014 sekitar 119.081 jiwa yang terdiri dari 61.053 orang laki-laki dan 58.028 orang perempuan. Jumlah lansianya sebesar 3,21% dari jumlah penduduk.

Proses penuaan yang terjadi pada lansia mengakibatkan kemunduran pada sel sel, organ organ, serta jaringan jaringan yang menyusun tubuh. Kemunduran ini mengakibatkan berbagai macam penyakit degenerative seperti demensia, Parkinson, hipertensi, dan kencing manis (Depkes, 2008). Seseorang dikatakan menderita tekanan darah tinggi (hipertensi) bila memiliki tekanan darah sistol 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolnya 90 mmHg (JINC VIII). Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi seperti keturunan, usia, jenis kelamin, gaya hidup, obat obatan, dan lain lain. Semakin tua usia seseorang, maka tekanan darah juga akan semakin mengalami peningkatan. Penangan hipertensi bisa dilakukan dengan obat obatan farmakologis maupun pengobatan secara non farmakologis. Secara non farmakologis

diantaranya merubah gaya hidup, realksasi, music, dan sebagainya. Musik dapat membuat suasana hati yang tenang, gembira, sehingga terjadi pengeluaran *hormone endorfine*. Hormon ini akan mengakibatkan relksasi otot oto dalam pembuluh darah, denyut jantung menjadi teratur, sehingga tekanan darah akan menurun. Penelitian Graham Welch (2008) dari sekolah musik di Institut Pendidikan Universitas London Inggris, mengatakan bahwa bernyanyi merupakan kegiatan yang sangat menyehatkan, karena mampu meningkatkan pasokan oksigen ke aliran darah di seluruh tubuh dan meningkatkan efisiensi sistem kardiovaskuler.

Bali terkenal karena pariwisata budayanya. Berbagai macam produk budaya dijiwai oleh pemahaman serta pelaksanaan nilai nila yang terkandung di dalam Agama Hindu. 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). Kidung biasanya dinyanyikan pada saat upacara adat dan agama, dimana makna dan isi dari kidung adalah pemujaan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Beberapa jenis kidung yang sangat populer di kalangan masyarakat Bali antara lain Kidung Manusa Yadnya, Kidung Pitra Yadnya, Kidung Dewa Yadnya. Salah satu kidung yang tidak pernah lepas dari kehidupan masyarakat Bali adalah Kidung Dewa Yadnya seperti Kidung Warga Sari. Kidung ini dinyanyikan biasanya saat ada kegiatan pemujaan Dewa Yadnya di Masyarakat. Apabila menyanyikan atau mendengarkan kidung dengan penuh penghayatan atau kekhusukan maka makna dari kidung dapat membuat tenang pada setiap pendengarnya. Kidung yang berirama lembut saat didengarkan akan membawa perasaan kearah ketenangan (Babad Bali, 2005).

KAJIAN EMPIRIS

Penelitian yang dilakukan oleh Yogie (2009) menemukan ada pengaruh yang bermakna Musik Gending Jawa Slendro Terhadap Tekanan Darah”(p 0,01<0,05). Selain itu penelitian Yudianta (2014) di Panti Wredha Hanna Yogyakarta menemukan ada perbedaan pengaruh antara music klasik dan

music tradisional terhadap kecemasan lansia (p < 0,05).

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada 09 November 2015 di Banjar Celuk Desa Dalung Kecamatan Kuta Utara Kabupaten Badung, terdapat satu kelompok lansia peserta sebanyak 32 orang lansia. Kelompok tersebut sudah berjalan selama tiga tahun. Lansia biasanya berkumpul setiap hari jumat dan minggu untuk melakukan berbagai kegiatan diantaranya senam lansia, pemeriksaan kesehatan seperti penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pemeriksaan tanda-tanda vital, dan mekidung. *Mekidung* bagi lansia disana sering dilakukan, dimana sebagian besar dari mereka mengetahui jenis-jenis kidung, dan beberapa lansia pernah mengikuti lomba mekidung tingkat Kecamatan Kuta Utara untuk mewakili Desa Dalung. Dua puluh orang lansia yang diukur tekanan darahnya 15 orang (75%) mengalami hipertensi dan 5 orang (25%) tekanan darahnya normal.

Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kidung warga sari terhadap tekanan darah lansia di Banjar Celuk Desa Dalung Badung. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi pendamping oleh lansia ditempat penelitian untuk penanganan hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah *Pre Experimental* dengan desain *Pretest-Posttest* tanpa kontrol. Penentuan sampel menggunakan *total samplin*.

Perlakuan nyanyian Kidung warga Sari diberikan 4 kali dalam seminggu selama 1 bulan. Lansia diajak ikut bernyanyi bersama peneliti. Setiap sesi bernyanyi kidung diulang sebanyak 2 kali. Penelitian dimulai pada bulan April – Mei 2016. Data dianalisis menggunakan uji *Paired Sampels T-Test* untuk mengetahui hasil perbandingan nilai *pretest* dan *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	F	%
1	60 – 74 tahun	25	82,1
2	75 – 90 tahun	7	17,9
Total		32	100,0

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diketahui bahwa responden berjumlah 39 orang dengan usia 60-74 tahun yaitu 32 orang (82,1%), dan usia 75-90 tahun sebanyak tujuh orang (17,9%).

Tekanan Darah Sistolik Lansia Sebelum Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Tabel 5.3
Tekanan Darah Sistolik Lansia Sebelum Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Klasifikasi Tekanan			
No	Darah Sistolik	f	%
1	<130 mmHg	20	51,3
2	130-140 mmHg	11	28,2
3	>140 mmHg	8	20,5
Total		39	100,0

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui bahwa 20 responden (51,3%) memiliki tekanan darah sistolik dibawah normal (<130 mmHg), 11 responden (28,2%) memiliki tekanan darah sistolik normal (130-140 mmHg), dan delapan responden (20,5%) memiliki tekanan darah sistolik diatas normal (>140 mmHg).

Tekanan Darah Sistolik Lansia Setelah Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Tabel 5.4
Tekanan Darah Sistolik Lansia Setelah Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Klasifikasi Tekanan Darah			
No	Sistolik	f	%
1	<130 mmHg	22	56,4
2	130-140 mmHg	17	43,6
3	>140 mmHg	0	0
Total		39	100,0

Berdasarkan tabel 5.4 dapat diketahui bahwa 22 responden (56,4%) memiliki tekanan darah sistolik dibawah normal (<130 mmHg), dan 17 responden (43,6%) memiliki tekanan darah sistolik normal (130-140 mmHg).

Tekanan Darah Diastolik Lansia Sebelum Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Tabel 5.5
Tekanan Darah Diastolik Lansia Sebelum Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Klasifikasi Tekanan Darah			
No	Diastolik	f	%
1	<85 mmHg	20	51,3
2	85-90 mmHg	11	28,2
3	>90 mmHg	8	20,5
Total		39	100,0

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diketahui bahwa 20 responden (51,3%) memiliki tekanan darah diastolik dibawah normal (<85 mmHg), 11 responden (28,2%) memiliki tekanan darah diastolik normal (85-90 mmHg), dan delapan responden (20,5%) memiliki tekanan darah diastolik diatas normal (>90 mmHg).

Tekanan Darah Diastolik Lansia Setelah Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Tabel 5.6
Tekanan Darah Diastolik Lansia Setelah Diberikan Nyanyian Kidung Warga Sari

Klasifikasi Tekanan Darah			
No	Diastolik	F	%
1	<85 mmHg	22	56,4
2	85-90 mmHg	17	43,6
3	>90 mmHg	0	0
Total		39	100,0

Berdasarkan tabel 5.6 dapat diketahui bahwa 22 responden (56,4%) memiliki tekanan darah diastolik dibawah normal (<85 mmHg), dan 17 responden (43,6%) memiliki tekanan darah diastolik normal (85-90 mmHg).

Uji Normalitas Data

Tabel 5.7
Uji Normalitas Data Tekanan Darah Lansia

Tekanan Darah Lansia	Skewness	SE	Kesimpulan
Pretest Sistolik	.628	.378	Distribusi Normal
Posttest Sistolik	.269	.378	Distribusi Normal
Pretest Diastolik	.628	.378	Distribusi Normal
Posttest Diastolik	.269	.378	Distribusi Normal

Berdasarkan tabel 5.7 dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas perbandingan antara

nilai skewness dan standar error memiliki hasil <2 sehingga data berdistribusi normal, maka uji hipotesis yang digunakan adalah statistik parametrik dengan uji *Paired Samples T-Test*.

Analisis Pengaruh Kidung Warga Sari Terhadap Tekanan Darah Lansia

Tabel 5.8
Pengaruh Kidung Warga Sari Terhadap Tekanan Darah Lansia Di Banjar Celuk Desa Dalung Badung

Klasifikasi	Rerata	N	SD	<i>p value</i>
Pretest Sistolik	1.69	39	± .80	0.003
Posttest Sistolik	1.44	39	± .50	
Pretest Diastolik	1.69	39	± .80	0.003
Posttest Diastolik	1.44	39	± .50	

Berdasarkan tabel 5.8 dapat dilihat rerata tekanan darah sistolik sebelum diberikan nyanyian kidung warga sari berada pada kisaran (1,69 ± 0,80) sedangkan rerata tekanan darah sistolik setelah diberikan nyanyian kidung warga sari berada pada kisaran (1,44 ± 0,50).

Rerata tekanan darah diastolik sebelum diberikan nyanyian kidung warga sari berada pada kisaran (1,69 ± 0,80) sedangkan rerata tekanan darah diastolik setelah diberikan nyanyian kidung warga sari berada pada kisaran (1,44 ± 0,50).

Perbedaan tekanan darah sistolik serta diastolik sebelum dan setelah diberikan nyanyian kidung warga sari dapat dilihat dari tidak adanya responden yang mengalami peningkatan tekanan darah baik tekanan darah sistolik ataupun diastolik setelah diberikan nyanyian kidung warga sari.

Berdasarkan uji statistik *Paired Samples T-Test* didapatkan $p(0,003) < (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan Kidung Warga Sari Terhadap Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Lansia Di Banjar Celuk Desa Dalung.

Tekanan darah juga dipengaruhi oleh keadaan emosi seseorang, karena emosi akan mengakibatkan dikeluarkannya hormone hormone yang dapat mempengaruhi tekanan darah. keadaan emosi yang waspada akan merangsang dikeluarkannya hormone yang dapat meningkatkan tekanan darah, sedangkan keadaan emosi yang senang, tenang akan merangsang dikeluarkannya hormone yang menyebabkan relaksasi. kidung warga sari merupakan suatu nyanyian yang bila dinyanyikan dengan penuh khidmat akan membuat suasana hati yang damai, tenang, bahkan gembira. hal inilah yang berperan dalam menurunkan tekanan darah karena dikeluarkannya hormone yang dapat merelaksasikan pembuluh darah, denyut jantung teratur.

SIMPULAN DAN SARAN

Analisis data mengenai pengaruh kidung warga sari terhadap tekanan darah lansia di Banjar Celuk Desa Dalung Badung tahun 2016, memperlihatkan ada perbedaan signifikan antara tekanan darah sistolik lansia sebelum diberikan kidung warga sari dengan setelah diberikan kidung warga sari, begitu juga tekanan darah diastolic memperlihatkan hal yang sama.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi tambahan khususnya hipertensi pada lansia, dan sebagai tambahan literatur dalam penelitian kesehatan selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia. (2010). *Endorfrin Pembawa Kebahagiaan*. November 27, 2010. <http://naqsdna.com>.
- America Heart Association. (2012). *Efektivitas Pijat Refleksi Kaki Dan Hipnoterapi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi*. Juny 2, 2012. <http://digilib.stikesmuhgombang.ac.id>.
- Anggara. (2013). *Faktor-Faktor Tekanan Darah*. January 18, 2013. <http://digilib.stikesmuhgombang.ac.id>.
- Anggraeni. (2014). *Manfaat Menyanyi*. December 30, 2014. <http://lifestyle.sindonews.com>.
- Babad Bali. (2005). *Aneka Geguritan*. March 3, 2008. <http://babadbali.com>.
- Badan Pusat Statistik. (2010). *Jumlah Penduduk Provinsi Bali*. January 24, 2013. <http://bali.bps.go.id>.

- Depkes. (2008). *Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia*. April 28, 2008. <http://depkes.go.id>.
- Graham. W. (2008). *Manfaat Menyanyi Bagi Jantung*. March 2, 2016. <https://bacafakta.wordpress.com>.
- Joint National Committee. (2007). *Penatalaksanaan Tekanan Darah Pada Lansia*. January 27, 2015. <http://medicinesia.com>.
- Menkes. (2015). *Usia Harapan Hidup lansia*. March 10, 2016. <http://depkes.go.id>.
- Nugroho. W. (2008). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik (3rd ed)*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (3rd ed)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Palmer. (2007). *Definisi Tekanan Darah*. April 31, 2013. Universitas Sumatera Utara. <http://repository.usu.ac.id>.
- Potter & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktek (4th ed)*. Jakarta : EGC.
- Repet. (2003). *Tuntunan Kidung/Tembang Panca Yadnya*. Denpasar: Kayumas Agung.
- Sigit. (2006). *Apresiasi Seni: Seni Tari & Seni Musik*. December 31, 2015. <https://books.google.co.id>.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&B*. Bandung: Anggota Ikatan Penerbit Indonesia (IKAPI).
- Yogie. (2009). *Pengaruh Musik Gending Jawa Slendro Terhadap Tekanan Darah*. November 4, 2015. <http://maranatha.edu>.
- Yudiana. (2014). *Perbedaan Pengaruh Terapi Musik Klasik Dan Musik Tradisional Jawa Terhadap Tingkat Kecemasan Di Tinjau Dari Latar Belakang Pendidikan Lansia Di Panti Wredha Hanna Yogyakarta*. October 6, 2015. <https://kristiantostefanus.wordpress.com>.