

ORIGINAL ARTICLE**TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA PEJATEN***The Effect of Classical Music Therapy on Lowering Blood Pressure in Elderly Patients with Hypertension in Pejaten Village***I Putu Budi Atmika, Ni Luh Gede Intan Saraswati*, I Made Mahardika**

Program Studi Keperawatan, STIKES Wira Medika Bali, Denpasar, Bali, Indonesia

*Korespondensi: saraswatiniluh16@gmail.com**INFO ARTIKEL**

Riwayat Artikel:

Diterima: 30 November 2023

Revisi: 31 Desember 2023

Disetujui: 31 Desember 2023

Kata Kunci:

Hipertensi,

Lansia,

Musik Klasik,

Tekanan darah.

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan silent killer yang dapat dipicu karena gangguan fisiologis maupun psikologis, pengobatan hipertensi menggunakan terapi farmakologis dan dapat disertai dengan terapi non farmakologi, salah satunya pemberian terapi musik klasik yang dapat memicu pelepasan hormone endorphin sehingga membantu penurunan tekanan darah. **Tujuan:** untuk mengetahui apakah ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Desa Pejaten. **Metode:** Desain penelitian adalah Pretest-Posttest Nonequivalent Control Group Design dengan pendekatan cross sectional. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 20 lansia. Data Tekanan Darah dikumpulkan dengan menggunakan spignomanometer. **Hasil:** Rata-rata tekanan darah sebelum intervensi pada Kelompok perlakuan adalah 149,50/93,50 mmHg dan pada kelompok kontrol adalah 151,50/93,50 mmHg. Rata-rata tekanan darah setelah intervensi pada kelompok perlakuan adalah 133,50/83 mmHg dan kelompok kontrol adalah 150/92,50 mmHg. Hasil uji Mann Whitney menunjukkan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) maka dapat dinyatakan ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. **Kesimpulan:** Efek relaksasi pada musik klasik menjadikan terapi ini sebagai pilihan terapi nonfarmakologi sehingga terapi dapat dilakukan rutin dalam keseharian lansia terutama yang mengalami hipertensi.

ARTICLE INFO*Article history:**Received:* 30 November 2023*Revised:* 31 Desember 2023*Accepted:* 31 Desember 2023*Key Words:**Blood Pressure,**Classical Music Therapy,**Elderly,**Hypertension.*

ABSTRACT

Background: Hypertension is a silent killer that can be triggered due to physiological or psychological disorders. Hypertension treatment uses pharmacological therapy and can be accompanied by non-pharmacological therapy, one of which is classical music therapy which can trigger the release of endorphin hormones, thus helping blood pressure. **Objective:** The aim of this study to determine the effect of classical music therapy on reducing blood pressure in the elderly with hypertension in Pejaten Village. **Method:** The research design was pretest-posttest nonequivalent control group design. The sample selection used purposive sampling technique with a total sample of 20 elderly. Collected data by measuring blood pressure with a sphygmomanometer. **Results:** The average blood pressure before intervention in the treatment group was 149.50/93.50 mmHg and in the control group was 151.50/93.50 mmHg. The average blood pressure after the intervention in the treatment group was 133.50/83 mmHg and the control group was 150/92.50 mmHg. Analysis of the difference in blood pressure before and after classical music therapy using the Mann Whitney test obtained p value = 0.000 (<0.05) so it can be conclude that there is an effect of classical music therapy on reducing blood pressure in the elderly with hypertension in Pejaten Village. **Conclusion:** The relaxing effect of classical music makes this therapy a non-pharmacological therapy option in an effort to reduce blood pressure in elderly people with hypertension.

LATAR BELAKANG

Proses menua merupakan hilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi meningkatnya jumlah lansia akan menimbulkan masalah penyakit tidak menular seperti hipertensi (Kemenkes RI, 2020). WHO menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi dan diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (World Life Expectancy, 2018). Menurut riset kesehatan dasar tahun 2018 tercatat sebanyak 63 juta jiwa penduduk Indonesia mengalami hipertensi. Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2018), menyatakan bahwa penderita hipertensi usia diatas 18 tahun sebanyak 344.319 orang (47,3%). Menurut data Dinkes Tabanan tahun 2019 prevalensi penderita hipertensi di Kabupaten Tabanan usia diatas 18 tahun sebanyak 27.127 orang dan kecamatan Kediri prevalensi penderita hipertensi sebanyak 4.905 orang dengan cakupan layanan penderita hipertensi terendah di Kabupaten Tabanan yaitu Puskesmas Kediri 1 sebanyak 1.5% pada tahun 2019 (Dinkes Tabanan, 2019).

Hipertensi dapat dicegah melalui level promotif dan preventif hingga level kuratif dan rehabilitative. Pada level kuratif pemberian terapi farmakologis dapat didampingi dengan pemberian terapi non farmakologi. Terapi non farmakologis merupakan intervensi keperawatan untuk mengontrol tekanan darah salah satunya terapi musik (Suryani, 2019; Suryaningsih & Armiyati, 2021). Musik terutama musik klasik dapat merangsang hipotalamus dan menimbulkan rasa nyaman, yang memengaruhi produksi endorfin, kortisol, dan katekolamin dalam mekanisme pengaturan tekanan darah (Purnomo et al., 2020; Surya Direja et al., 2021). Musik klasik juga merupakan stimulus yang unik yang dapat mempengaruhi respon fisik dan psikologi pendengar serta merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan relaksasi fisiologis, yang diindikasikan dengan penurunan nadi, respirasi dan menurunkan tekanan darah (Febrina & Yenni, 2018). Penelitian lain juga mengungkapkan hal serupa yang menunjukkan adanya pengaruh intervensi terapi musik klasik terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi (Prasetyo & Burhanto, 2021).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Kediri 1 yaitu Desa Pejaten didapatkan jumlah lansia sebanyak 150 orang dan mengalami hipertensi sebanyak 50 orang. Wawancara pada 10 orang penderita hipertensi didapatkan tekanan darah sebanyak tujuh orang tinggi dan responden mengatakan tekanan darah tinggi kurang tahu penyebabnya padahal sudah rutin minum obat dan didapatkan tiga orang mengalami tekanan darah normal serta semua responden mengatakan hanya mendapatkan terapi obat dari puskesmas. Sejalan dengan wawancara tersebut upaya selama ini dilakukan pada pihak puskesmas dengan penatalaksanaan farmakologis yaitu melaksanakan program Prolanis yaitu berupa obat anti hipertensi, sedangkan terapi farmakologis belum optimal dilakukan dalam mengendalikan tekanan darah pada lansia. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian nonfarmakologis terapi musik klasik dalam penurunan tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi.

TUJUAN

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh musik klasik terhadap penurunan darah lansia penderita hipertensi.

METODE

Desain

Penelitian ini menyajikan data *Pretest-Posttest Nonequivalent Control Group Design* dengan menguraikan tekanan darah *pre test* dan *post test* pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia di Desa Pejaten. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 lansia kelompok perlakuan dan 10 lansia kelompok kontrol dengan teknik Purposive sampling.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Pejaten Tabanan. Data penelitian diambil di bulan Mei sampai dengan Juni 2022.

Intervensi

Intervensi pemberian musik klasik pada kelompok perlakuan dilakukan 15 menit, tiga kali seminggu selama empat minggu. Pada kelompok kontrol tidak ada intervensi khusus yang diberikan.

Instrumen

Instrumen yang digunakan untuk mengukur tekanan darah menggunakan alat spignomanometer digital.

Analisa Data

Uji statistic yang digunakan adalah uji Wilcoxon untuk kelompok berpasangan dan mann witney untuk kelompok perlakuan dan kontrol dengan tingkat kepercayaan $p < 0,05$.

HASIL

Berdasarkan hasil pengambilan data yang dilakukan dengan 10 responden kelompok perlakuan dan 10 responden kelompok kontrol diperoleh beberapa data karakteristik meliputi umur, jenis kelamin dan pendidikan. Berikut table karakteristik responden.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=20)

Karakteristik	Kelompok			
	Perlakuan		Kontrol	
Usia	f	%	f	%
Lansia awal umur 46-55 tahun	0	0	0	0
Lansia Akhir umur 56-65 tahun	10	100	10	100
Jenis Kelamin				
Laki-laki	3	30	4	40
Perempuan	7	70	6	60
Pendidikan				
SD	7	70	6	60
SMP	2	20	4	40
SMA	1	10	0	0

Berdasarkan tabel karakteristik responden dapat disimpulkan bahwa kelompok perlakuan dan kelompok kontrol semua dalam katagori lansia akhir yaitu umur 56-65 tahun sebanyak 10 orang (100%). Karakteristik jenis kelamin sebagian besar jenis kelamin perempuan sebanyak 7 orang (70%) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol yaitu sebagian besar lansia yang mengalami hipertensi dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 6 orang (60%). Karakteristik pendidikan terakhir sebagian besar pendidikan sekolah dasar baik pada kelompok perlakuan yaitu sebanyak 7 orang (70%) dan kelompok kontrol yaitu sebanyak 6 orang (60%).

Tabel 2. Hasil Pengukuran Pre Test Dan Post Test Tekanan Darah Pada Lansia Kelompok Perlakuan (n=20)

Varibel	Tekanan darah				P	P
	Pre Test		Post Test		Sistolik Post	Diastolik
	Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik	- Pre	Post-Pre
Mean	149.50	93.50	133.50	83		
Minimum	140	90	130	80		
Maksimum	160	100	140	90	.005	.004
SD	7.24	4.11	4.74	3.49		
Z Hitung	-2.825		-2.871			

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukan rerata tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik pada kelompok perlakuan yaitu 149.50/93.50 mmHg, terjadi penurunan tekanan darah setelah diberikan terapi musik menjadi 133.50/83 mmHg. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $p=0.005$ pada tekanan darah sistolik dan nilai $p=0.004$ pada tekanan darah diastolik, yang berarti ada pengaruh tekanan darah sebelum dan setelah diberikan musik klasik pada kelompok perlakuan.

Tabel 3. Hasil Pengukuran Pre Test Dan Post Test Tekanan Darah Pada Lansia Kelompok Kontrol (n=20)

Variabel	Tekanan darah				P	P
	Pre Test		Post Test		Sistolik Post	Diastolik
	Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik	- Pre	Post - Pre
Mean	150	92.50	151.50	93.50		
Minimum	140	90	140	90		
Maksimum	165	100	160	100	.453	.564
SD	8.16	4.24	5.79	4.74		
Z Hitung	-.750		-.577			

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan rerata tekanan darah pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi musik klasik dengan tekanan darah sebelumnya yaitu 150/92.50 mmHg, terjadi peningkatan tekanan darah setelahnya menjadi 151/93.50 mmHg. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan nilai $p=0.453$ pada tekanan darah sistolik dan nilai $p=0.564$ pada tekanan darah diastolik, yang berarti tidak ada pengaruh tekanan darah pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi musik klasik.

Tabel 4. Menganalisa Perbedaan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Kelompok Perlakuan dan Kontrol

Tekanan Darah	Z	P
Sistolik	-2.774	.006
Diastolik	-2.842	.004

Tabel 4 menunjukkan hasil uji *Mann Whitney* didapatkan nilai $p=0.006$ sistolik dan diastolik nilai $p=0.004$. Berarti signifikansi hitung ($pvalue=0.00$) lebih kecil dari signifikansi tabel ($p-value=0.05$), maka ada perbedaan yang signifikan antara tekanan darah lansia yang diberikan terapi musik klasik dibandingkan dengan kontrol.

PEMBAHASAN

Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah Diberikan Terapi Musik Klasik Pada Kelompok Perlakuan

Hasil penelitian tekanan darah lansia pada penelitian ini sebelum diberikan intervensi menunjukkan 149.50/93.50 mmHg. Lansia merupakan usia yang rentan akan timbulnya berbagai masalah kesehatan, hal ini berhubungan dengan penurunan kondisi anatomis dan sel akibat terjadinya penumpukan metabolik yang terjadi di dalam sel. Salah satu penyakit yang banyak diderita para lansia adalah penyakit kardiovaskuler yaitu hipertensi (Herawati et al., 2018). Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah setelah diberikan terapi sebesar 133.50/83 mmHg, hal ini menunjukkan adanya penurunan tekanan darah. Peningkatan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengontrol tekanan darah salah satunya dengan pemberian terapi musik (Suryaningsih & Armiyati, 2021; Tangkas et al., 2022)

Sejalan dengan penelitian dilakukan oleh Mahatidanar & Nisa (2017), menunjukan hasil penelitian pada penderita hipertensi yang diberikan terapi musik klasik terjadi penurunan tekanan darah yaitu dari 149,5/90,8 mmHg menjadi 145,2/86,4 mmHg. Penelitian juga dilakukan oleh Sayekti et al., (2018), menunjukan hasil penelitian tekanan darah sebelum 174/94 mmHg dan terjadi penurunan setelah diberikan terapi musik pada kelompok perlakuan menjadi 160/93mmHg. Terapi musik merupakan teknik yang sangat mudah dilaksanakan, efeknya menunjukkan bahwa musik dapat mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks pada diri seseorang karena dapat merangsang pengeluaran endorphin dan serotonin, yang dapat membuat tubuh merasa lebih rileks pada seseorang yang mengalami stress (Herawati et al., 2018).

Tekanan Darah Sebelum Dan Setelah pada kelompok kontrol yang tidak Diberikan Terapi Musik Klasik

Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah lansia pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi musik klasik 150/92.50 mmHg dan selama empat minggu kemudian terjadi peningkatan tekanan darah menjadi 151/93.50 mmHg. Lansia cenderung mempunyai tekanan darah lebih tinggi, hal ini dikarenakan pengaruh degenerasi yang terjadi pada orang yang bertambah usianya. Lansia kerap mengalami kerusakan struktural dan fungsional pada aorta, sehingga menyebabkan semakin parahnya pengerasan pembuluh darah sehingga tekanan darah menjadi semakin tinggi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian. Penelitian juga dilakukan oleh Sayekti et al., (2018), menunjukan hasil penelitian tekanan darah sebelum 166/87 mmHg dan terjadi peningkatan setelah diberikan terapi musik pada kelompok kontrol menjadi 170/87 mmHg.

Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Kelompok Perlakuan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan $p=0.005$ pada tekanan darah sistolik dan nilai $p=0.004$ pada tekanan darah diastolik, yang berarti ada pengaruh tekanan darah sebelum dan setelah diberikan musik klasik pada kelompok perlakuan. Musik memiliki kemampuan untuk meningkatkan kemampuan emosional masyarakat dan menyembuhkan penyakit, musik juga dapat meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan emosi dan mental, kesehatan fisik, sosial dan mental (Fitriani et al., 2020; Hartati et al., 2023; Kusumaningrum, 2023) musik yang bisa digunakan untuk terapi yaitu musik meditasi, musik pop dan jazz, musik rock dan terapi musik klasik. Terapi musik klasik adalah inti dari ketenangan, menyampaikan hal-hal yang baik, dan indah (Astuti et al., 2019). Menurut konsep umum musik klasik dapat diartikan sebagai hal yang kreatif, beresona dan indah, diwujudkan dalam inisiatif manusia, dan dituangkan dalam bentuk melodi, ritme dan harmoni, yang dapat membangkitkan emosi dan membuat orang merasa bahagia, menghilangkan stress seiring dengan proses belajar, juga bisa digunakan untuk menghilangkan rasa sakit (Marti et al., 2020).

Terapi musik klasik memiliki stimulan yang mendorong pelepasan endorfin dan mengalihkan perhatian dari rasa sakit dan juga membuat pikiran atau tubuh pendengar

terasa rileks, yang akan mempengaruhi detak jantung dan tekanan darah sesuai dengan frekuensi, suhu dan volume musik yang didengarkan (Wahyuni et al., 2020). Musik klasik dapat merangsang hipotalamus dan menimbulkan rasa sedasi, yang memengaruhi produksi endorfin, kortisol, dan katekolamin dalam mekanisme pengaturan tekanan darah (Purnomo et al., 2020). Musik klasik juga merupakan stimulus yang unik yang dapat mempengaruhi respon fisik dan psikologi pendengar serta merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan relaksasi fisiologis, yang diindikasikan dengan penurunan nadi, respirasi dan menurunkan tekanan darah (Febrina & Yenni, 2018). Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Finasari et al., (2018), menunjukkan hasil ada perbedaan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi, akan tetapi penggunaan terapi musik klasik lebih efektif dalam menurunkan tekanan darah dibandingkan dengan terapi musik yang disukai. Penelitian juga dilakukan oleh Prasetyo & Burhanto (2021), menunjukkan ada pengaruh terapi musik klasik terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Sidomulyo, Kecamatan Tabang, Kabupaten Kutai Kartanegara.

Pengaruh Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Kelompok Kontrol yang tidak Diberikan Terapi Musik Klasik

Berdasarkan hasil penelitian nilai $p=0.453$ pada tekanan darah sistolik dan nilai $p=0.564$ pada tekanan darah diastolik, yang berarti tidak ada pengaruh tekanan darah pada kelompok kontrol yang tidak diberikan terapi musik klasik. Proses menua adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang cidera. Lansia merupakan usia yang rentan akan timbulnya berbagai masalah kesehatan, hal ini berhubungan dengan penurunan kondisi anatomis dan sel akibat terjadinya penumpukan metabolik yang terjadi di dalam sel. Salah satu penyakit yang banyak diderita para lansia adalah penyakit kardiovaskuler yaitu hipertensi. Hipertensi adalah kondisi di mana jika tekanan darah sistole 140 mmHg atau lebih tinggi dan tekanan darah diastole 90 mmHg atau lebih tinggi (Mujiadi & Rachmah, 2022).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh darah arteri secara terus-menerus lebih dari suatu periode. Tekanan darah yang tinggi dapat dipicu oleh dua hal, pertama karena faktor endokrin dan faktor psikologi. Faktor endokrin menyebabkan pengeluaran renin oleh ginjal yang kemudian diubah menjadi angiotensin 1 dan angiotensin 2. Hal ini membuat arteriol berkontraksi dan meningkatkan tahanan perifer sehingga tekanan darah meningkat, sedangkan yang disebabkan oleh faktor psikologi seperti yang banyak dirasakan masyarakat saat ini yaitu stres. Stres dapat merangsang sistem saraf simpatis untuk membuat denyut nadi, kontraksi jantung, dan vasokonstriksi meningkat. Peningkatan-peningkatan tersebut berpengaruh pada tekanan pembuluh darah perifer dan cardiac output jantung meningkat, sehingga tekanan darah ikut meningkat pula (Prawesti & Noviyanto, 2015).

Perbedaan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Pada Kelompok Perlakuan Dan Kontrol

Proses menua akan membuat sistem kardiovaskuler mengalami perubahan dimana terjadinya penurunan elastisitas oarta, katup jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun, kurangnya elastisitas pembuluh darah, kurangnya efektivitas pembuluh darah perifer dalam memenuhi oksigenasi, perubahan pada posisi dari tidur ke duduk atau dari duduk ke berdiri bisa mengakibatkan tekanan darah menurun, dan tekanan darah meninggi akibat dari meningkatnya resistensi dari pembuluh darah perifer (Aspiani, 2014). Mekanisme meningkatnya tekanan darah pada pengontrol *konstriksi* dan relaksasi pembuluh darah terletak dipusat vasomotor pada medulla diotak. Rangsangan pusat vasomotor dihantarkan dalam bentuk impuls yang bergerak ke bawah melalui sistem saraf simpatis ke ganglia simpatis. Pada titik ini, neuron preganglion melepaskan asetilkolin, yang akan merangsang serabut saraf pasca ganglion ke pembuluh darah, dimana dengan dilepaskannya *norepineprin* mengakibatkan konstriksi pembuluh darah (Smeltzer & Bare, 2017).

Saat bersamaan dimana sistem saraf simpatis merangsang pembuluh darah dan kelenjar adrenal, mengakibatkan tambahan aktivitas vasokonstriksi. Medulla adrenal mensekresi epinefrin, yang menyebabkan vasokonstriksi. Korteks adrenal mensekresi kortisol dan steroid lainnya, yang dapat memperkuat respons vasokonstriktor pembuluh darah. Vasokonstriksi yang mengakibatkan penurunan aliran ke ginjal, menyebabkan pelepasan *renin*. *Rennin* merangsang pembentukan *angiotensin I* yang kemudian diubah menjadi *angiotensin II*, suatu vasokonstriktor kuat, yang pada gilirannya merangsang sekresi *aldosteron* oleh korteks adrenal. Hormon ini menyebabkan retensi natrium dan air oleh tubulus ginjal, menyebabkan peningkatan volume intra vaskuler. Semua faktor ini cenderung mencetuskan keadaan hipertensi (Smeltzer & Bare, 2017).

Mengatasi hipertensi dapat lakukan dengan terapi farmakologis yaitu obat hipertensi secara rutin dengan kombinasi terapi nonfarmakologi salah satunya terapi musik kalsik. Penelitian yang dilakukan pada lansia sebanyak 20 responden didapatkan semua responden mengkonsumsi obat secara rutin yang didapat dari puskesmas, namun terapi kombinasi tidak pernah dilakukan oleh lansia yaitu dengan terapi musik klasik dimana terapi musik klasik memiliki stimulan yang mendorong pelepasan endorfin dan mengalihkan perhatian dari rasa sakit dan juga membuat pikiran atau tubuh pendengar terasa rileks, yang akan mempengaruhi detak jantung dan tekanan darah sesuai dengan frekuensi, suhu dan volume musik yang didengarkan (Wahyuni et al., 2020). Musik klasik dapat merangsang hipotalamus dan menimbulkan rasa sedasi, yang memengaruhi produksi endorfin, kortisol, dan katekolamin dalam mekanisme pengaturan tekanan darah (Purnomo et al., 2020). Musik klasik juga merupakan stimulus yang unik yang dapat mempengaruhi respon fisik dan psikologi pendengar serta merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan relaksasi fisiologis, yang diindikasikan dengan penurunan nadi, respirasi dan menurunkan tekanan darah (Febrina & Yenni, 2018).

Beberapa teori dan didukung oleh penelitian mengatakan terapi musik klasik mempengaruhi tekanan darah salah satunya penelitian Bustami (2018) mengatakan bahwa intervensi musik klasik dapat menyebabkan penurunan tekanan darah sistolik,

tekanan darah diastolik, dan detak jantung yang signifikan dalam berbagai keadaan penyakit, memiliki efek menguntungkan pada kecemasan, penurunan tekanan darah, detak jantung, laju pernapasan, kualitas tidur, dan nyeri pada pasien Hipertensi. Penelitian lain juga mengungkapkan hal sama yaitu adanya pengaruh intervensi terapi music klasik terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi (Prasetyo & Burhanto, 2021).

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik pada kelompok kontrol dan perlakuan sama-sama mengalami hipertensi, namun setelah diberikan perlakuan terapi musik klasik ada perbedaan yang signifikan hasil pengukuran tekanan darah kelompok perlakuan dan kontrol, Dimana kelompok perlakuan mengalami penurunan tekanan darah yang signifikan. Berdasarkan penelitian dapat disarankan untuk kedepannya terapi musik klasik bisa dijadikan salah satu program rutin yang diberikan kepada lansia, dan untuk peneliti berikutnya bisa mengkombinasikan terapi lain untuk dibandingkan keefektifannya dengan terapi musik klasik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aspiani, R. Y. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Kardiovaskular Aplikasi NIC & NOC*. Jakarta: EGC.
- Astuti, N. F., Rekawati, E., & Wati, D. N. K. (2019). Decreased blood pressure among community dwelling older adults following progressive muscle relaxation and music therapy (RESIK). *BMC Nursing*, 18(Suppl 1), 1-5. <https://doi.org/10.1186/s12912-019-0357-8>
- Bustami. (2018). Relaxed music can reduce blood pressure in hypertension patients. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 7(4), 171-173.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2018). *Profil Kesehatan Bali 2017*. Denpasar: Dinas Kesehatan Provinsi Bali.
- Dinkes Tabanan. (2020). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan Tahun 2019*. Tabanan: Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan.
- Febrina, W., & Yenni, Y. (2018). Pengetahuan Perawat Terhadap Pelaksanaan Timbang Terima Pasien Sesuai Sop. *Real in Nursing Journal*, 1(2), 60-66. <https://doi.org/10.32883/rnj.v1i2.265>
- Finasari, T. Y., Setyawan, D., & Meikawati, W. (2018). Perbedaan Terapi Musik Klasik Dan Musik Yang Disukai Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD DR. H. Soewondo Kendal. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 1-11.

- Fitriani, D., Pratiwi, R. D., Cahyaningtyas, P., & Poddar, S. (2020). Effect of classical music on blood pressure in elderly with hypertension in bina bhakti werdha elderly nursing home, Indonesia. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 16(4), 142-144.
- Hartati, S., Kamesyowo, Elviani, Y., & Haryanti, E. (2023). Pengaruh Senam Hipertensi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Posbindu Pujasuma Kelurahan SP VI Sari Bungamas Tahun 2022. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1 SE-Articles), 92-102. <https://doi.org/10.55018/jakk.v2i1.33>
- Herawati, N., Kurniati Maya Sari., W., & MurtiNingsih, A. T. (2018). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas Ktk Kota Solok. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah*, 12(3), 72-79. <https://doi.org/https://doi.org/10.33559/mi.v12i3.714>
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kusumaningrum, P. R. (2023). Peningkatan Kesehatan Lansia Melalui Pendampingan Kegiatan Lansia Sehat. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1 SE-Articles), 50-56. <https://doi.org/10.55018/jakk.v2i1.16>
- Mahatidanar, A., & Nisa, K. (2017). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *Agromed Unila*, 4(2), 264-268.
- Marti, E., Estri, A. K., & Rahayu, M. H. (2020). The Effect Of Java Langgam Music Therapy As Adjuvant Therapy Towards Changes Blood Pressure In Hypertension Patients In Puskesmas Depok Ii Sleman Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 7(2), 86. [https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7\(2\).86-95](https://doi.org/10.21927/jnki.2019.7(2).86-95)
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Mojokerto: STIKES Majapahit Mojokerto.
- Prasetyo, M. D., & Burhanto, B. (2021). Pengaruh Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara. 3(1), 517-525.
- Prawesti, D., & Noviyanto, E. (2015). Potensi Terapi Musik Klasik Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Stikes*, 8(1), 76-85.
- Purnomo, E., Nur, A., Rahim, R., Sartika, Z., & Pulungan, A. (2020). The Effectiveness of Instrumental Music Therapy and Self-Hypnosis on Decreasing Blood Pressure Level among Hypertension Patients Article information. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(2), 214-223. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i2.317>
- Sayekti, C., Handayani, R. N., & Khasanah, S. (2015). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Pre-Hemodialisa Di di RSUD Prof Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. *Journal Viva Medika*, 8(2), 9-17.

<https://doi.org/https://doi.org/10.35960/vm.v9i2.28>

- Smeltzer, S. &, & Bare, B. (2017). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8. Jakarta: EGC.
- Surya Direja, A. H., Juksen, L., & Sunarsih, S. (2021). The Effect Of Classical Music Therapy On The Level Of Depression Among Schizophrenia Patients In Soeprapto Mental Hospital, Bengkulu Province. *Journal of Applied Nursing and Health*, 3(2 SE-Articles), 104-110. <https://doi.org/10.55018/janh.v3i2.16>
- Suryani, L. (2019). Effectiveness Of Home Visit On Drug Compliance In Adult Hipertens In Gadung Puskesmas Buol District. *Journal of Applied Nursing and Health*, 1(1), 1-5. <https://doi.org/https://doi.org/10.55018/janh.v1i1.75>
- Suryaningsih, M., & Armiyati, Y. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Usia Lanjut Menggunakan Terapi Musik. *Ners Muda*, 2(2), 53. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6301>
- Tangkas, N. M. K. S., Lutfiana, I., & Wulandari, N. M. A. (2022). Effectiveness of Kegel Education for The Elderly as A Form of The Authority of The Midwife in Community Midwife Care. *Journal of Applied Nursing and Health*, 4(1 SE-Articles), 1-8. <https://doi.org/10.55018/janh.v4i1.11>
- Wahyuni, W., Sinatrya, A., Utami, D., & Indarwati, I. (2020). *Effectiveness of Classical Music and Qur'an Murottal Therapies on Patients With Hypertension in Middle Adulthood for Work Area of Sibela Surakarta Health Center*. 27(ICoSHEET 2019), 347-349. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200723.088>
- World Life Expectancy. (2018). *World Health Rankings*.