



Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi

Selamat Parmin^{1*}, Alvian Harisandy², Serli Wulan Safitri³, Sindi Wulandari⁴

¹*Profesi Ners, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa*

^{2,4}*Ilmu Keperawatan, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Universitas Kader Bangsa*

³*Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat*

Email: Selamatparmin.kmb@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan kondisi yang ditandai dengan kenaikan tekanan darah yang melebihi batas normal yaitu tekanan darahnya melebihi 140/90 mmHg. Musik klasik yang sering menjadi acuan adalah musik klasik *Mozart* karena hampir semua karya *Mozart* memiliki nada-nada dengan frekuensi tinggi. Terapi musik ini dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari dengan durasi 30 menit menggunakan handphone yang dipasang earphone yang telah tersambung musik klasik dengan volume sedang kepada responden. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2024. Desain penelitian yang di gunakan *quasi-eksperimen* dengan rancangan penelitian (*two group pretest-posttest design*). Sampel penelitian adalah penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang sebanyak 42 responden. Analisa data dilakukan menggunakan *uji Wilcoxon*. Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh nilai rata-rata penurunan tekanan darah sebelum dilakukan terapi musik klasik yaitu 3.57, sesudah 2.62 didukung dengan nilai signifikansi *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ dapat diartikan bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang. Kesimpulan terdapat pengaruh signifikan antara terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah. Saran penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci : Musik Klasik, Tekanan Darah, Lansia

ABSTRACT

Hypertension is a condition characterized by an increase in blood pressure that exceeds normal limits, namely blood pressure exceeding 140/90 mmHg. The classical music that is often used as a reference is Mozart's classical music because almost all of Mozart's works have high frequency tones. This music therapy was carried out once a day for 3 days with a duration of 30 minutes using a cellphone with earphones connected to classical music at a moderate volume to the respondent. This research aims to determine whether there is an effect of classical music therapy on reducing blood pressure in elderly people with hypertension in the UPTD area of the Gumawang Health Center, East OKU Regency in 2024. The research design used was a quasi-experiment with a research design (two group pretest-posttest design). The research sample was 42 respondents suffering from hypertension at the Gumawang Community Health Center UPTD. Data analysis was

carried out using the Wilcoxon test. Based on the results of the hypothesis test, the average value of blood pressure reduction before classical music therapy was 3.57, after 2.62, supported by a significant p-value of $0.000 < 0.05$, which means that there is an effect of classical music therapy on reducing blood pressure in hypertension sufferers. at the Gumawang Community Health Center UPTD. The conclusion is that there is a significant effect of classical music therapy on reducing blood pressure. This research suggestion can be used as a reference in classical music therapy to reduce blood pressure in hypertension sufferers.

Keywords: *Classical Music , Blood Pressure, Elderly*

PENDAHULUAN

Proses menua merupakan hilangnya jaringan secara perlahan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi meningkatnya jumlah lansia akan menimbulkan masalah penyakit tidak menular seperti hipertensi (Atmika et al., 2023). Perkembangan hipertensi disebabkan oleh obesitas dan dapat terjadi melalui resistensi insulin, kelainan struktural dan fungsional pada ginjal, perubahan jantung dan pembuluh darah dan maladaptasi imun pada lansia (Asari dan Helda, 2021).

Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas, permasalahan kesehatan lansia semakin meningkat salah satunya masalah penyakit hipertensi yang menjadi urutan pertama lansia (Syukkur et al., 2022). Hipertensi merupakan tekanan darah yang terus-menerus tinggi, dengan tekanan darah sistolik mencapai angka lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai

angka lebih dari 90 mmHg (Widyaningsih dan Rakhmawati, 2023).

Lansia dengan hipertensi yang memiliki tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg akan merasakan tanda dan gejala jantung berdebar-debar, penglihatan kabur, mudah Lelah dan sakit kepala (Satria & Hartutik, 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 penderita Hipertensi pada lansia berjumlah 1,13 miliar, tahun 2021 berjumlah 1,56 miliar, tahun 2022 1,28 berjumlah orang diseluruh dunia menderita hipertensi, sekitar 1 dari 3 orang didunia menderita hipertensi. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa dari tahun 2020 dan tahun 2021 ada peningkatan penderita hipertensi dan di tahun 2022 terjadi penurunan (Rosadi et al., 2023).

Berdasarkan data Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) menyebutkan bahwa kasus hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2016 sebanyak 2,8 triliun,

pada tahun 2017 prevelensi hipertensi di Indonesia sekitar 31,7% dan 2018 mencapai 34,1% (Pramitasari & Cahyati, 2022).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten OKU Timur tahun 2020 kejadian hipertensi berjumlah 1.880 kasus (49,86%), tahun 2021 berjumlah 1.990 kasus (51,47%) dan tahun 2022 berjumlah 1.996 kasus (51,57%), (Sarwoko, 2023). Penatalaksanaan hipertensi bisa dilakukan dengan dua cara yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi menggunakan obat-obatan untuk menurunkan tekanan darah seperti amlodipine dan captopril. Selain terapi farmakologi juga perlu terapi non farmakologi yaitu merubah gaya hidup, olahraga, mengurangi asupan natrium, tidak mengkonsumsi alkohol, berhenti merokok dan penurunan stres. Selain itu, terapi non farmakologi juga terdiri dari terapi komplementer seperti terapi musik klasik (Satria & Hartutik, 2023).

Terapi musik merupakan penggunaan musik yang digunakan sebagai terapi untuk memperbaiki keadaan mental, fisik dan emosi. Terapi musik dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi mampu merubah seseorang yang awalnya merasa tenang

menjadi lebih santai dan rileks. Pada saat tubuh rileks otak akan memberikan rangsangan dengan mengeluarkan *hormone endorphine* dan *hormone serotonin* dimana tugas dari hormon ini membuat tubuh menjadi rileks (Rendi et al., 2022).

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan Puskesmas Gumawang dengan topik Pengabdian Masyarakat yaitu penerapan music klasik terhadap tekanan darah. Tujuan yang ingin dicapai adalah memperoleh informasi yang sesuai tentang analisis penerapan music klasik terhadap tekanan darah, Penyebaran kuesioner dilaksanakan setelah kegiatan dengan pendekatan “cross sectional” dimana peneliti mengambil data yang dikumpulkan secara bersamaan dengan Populasi yang diambil pada pengabdian masyarakat ini berjumlah 425 orang dan sampel berjumlah 42 responden. sampel dalam pengabdian kepada masyarakat ini harus diobservasi terlebih dahulu sebanyak dua kali yaitu sebelum dan setelah diberikan perlakuan (Notoatmodjo, 2018). Metode ini digunakan untuk mengetahui Penerapan Terapi Musik

Klasik terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi diwilayah UPTD Puskesmas Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Responden

Hasil analisis jenis kelamin responden di UPTD Puskesmas Gumawang Sebagian besar berjenis kelamin perempuan, penyakit hipertensi lebih sering diderita perempuan dibanding laki-laki serta usia responden di UPTD Puskesmas Gumawang Sebagian besar usia > 60 tahun. Peneliti berpendapat bahwa hipertensi bisa terjadi di usia berapa saja, pada usia pertengahan akan menetap atau menurun sejalan dengan pengerasan pembuluh darah.

Tekanan darah antara Pre Test – Post Test penerapan terapi musik klasik

Hasil analisis uji wilcoxon berpasangan mengevaluasi signifikansi statistik dari perbedaan antara hasil pengukuran sebelum dan sesudah, hasil uji menunjukkan bahwa ada perubahan yang terjadi signifikan di dapatkan nilai ($p < 0.000$), menandakan bahwa ada pengaruh penerapan terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas

Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2024, peneliti dapat menyimpulkan bahwa penerapan terapi musik klasik memiliki pengaruh yang positif dalam menurunkan tekanan darah pada kelompok responden. Dengan analisis yang mendalam, peneliti menemukan bukti kuat bahwa perubahan yang terjadi adalah signifikan.

Tabel 1. Sebelum dan sesudah terapi musik klasik

Variabel	N	Mean rank	Min-Max	<i>p-value</i>
Pre test	42	3.57	3 – 4	0.000
Post test		2.62	2 – 4	

Dari analisis table bahwa rata-rata tekanan darah kelompok intervensi yaitu 3.57 setelah dilakukan terapi musik klasik selama 3 hari rata-rata tekanan darah menurun menjadi 2.62. Penurunan ini dalam nilai rata-rata mencerminkan efek positif dari intervensi tersebut. hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tekanan darah sebelum dan sesudah melakukan terapi musik klasik dengan nilai *p-value* 0.000 (nilai *p-value* < 0,05).



Gambar 1. Kegiatan PkM

KESIMPULAN

Hasil analisis terdapat pengaruh yang signifikan antara dilakukan penerapan terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang Kabupaten OKU Timur Tahun 2024 dengan nilai p -value 0,000.

SARAN

Pengabdian kepada masyarakat dapat menjadikan sumber referensi dalam melakukan Pengabdian kepada masyarakat selanjutnya, pada judul maupun tempat Pengabdian kepada masyarakat yang berbeda dan dapat meningkatkan pengetahuan tentang terapi musik klasik dalam penatalaksanaan hipertensi dan juga Pengabdian kepada masyarakat

selanjutnya lebih baik dalam Pengabdian kepada masyarakat selama 3 hari dengan menggunakan terapi musik yaitu sebelum dilakukan terapi musik klasik dilakukan pengukuran tekanan darah selanjutnya terapi musik klasik, setelah selesai terapi musik klasik dilakukan pengukuran tekanan darah secara langsung, agar terdapat penurunan tekanan darahnya, dan dilakukan selama 3 hari berturut-turut.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, M., Weta, W., & Ratnawati, K. (2016). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang 1 Kabupaten Bandung Tahun 2016. *Jurnal Medika*, 5(7), 1–23.
- Aryani, N., Harokan, A., & Gustina, E. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sukarami Kecamatan Sungai Rotan Kabupaten Muara Enim. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 6(2), 323–330. <https://doi.org/10.32524/jksp.v6i2.999>
- Asari, H. R. V., & Helda, H. (2021). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas PB Selayang II Kecamatan Medan Selayang, Medan. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v5i>

- 1.4043
Asnita, D., Rahmad, M., & Purwaningsih, H. (2023). *asnita dewi rahmad muhammad purwaningsih hetty*. 1–10.
- Atmika, P., Saraswati, N., & Mahardika, M. (2023). Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Pejetan. *Journal Nursing Research Publication Media*, 2(3), 184–195. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.50>
- Aulia, A., Inayati, A., & Immawati. (2023). Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *LCendikia Muda*, 3(1), 62–68.
- Benly, N., Mansyarf, R., Asma, W., Sartina, Husuni, W., Hastuti, A., Bahar, N., Anggraini, A., & Sutriawati. (2022). Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(12), 3495–3502. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i12.3449>
- Cahyanti, L., Ratna Yuliana, A., Putri, D. S., Fitriana, V., & Nur, H. A. (2024). Konseling Pencegahan Penyakit Hipertensi Di Desa Jepang Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(1), 346–358. <http://jpk.jurnal.stikescendekiauta.makudus.ac.id>
- Desi, Gaghauna, E., & Susanto, B. (2024). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Panting Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 183–188.
- Ekasari, M., Suryati, E., Badriah, S., Narendra, S., & Amini, F. (2021). *Hipertensi: Kenali Penyebab Tanda Gejala Dan Penanganannya* (A. Jubaedi (ed.)).
- Fitri, T., Malau, B., Silitonga, S., & Hutagalung, S. A. (2023). Penyuluhan Terhadap Lansia: Mengenali Karakteristik Para Lansia. *Jurnal Pendidikan Penyuluhan Agama Kristen*, 1(1), 47–56.
- Gianevan, N. J., Indria, H., & Puspita, D. (2023). Tindakan Promotif Pengendalian Hipertensi pada Lansia sebagai Upaya Pencegahan Komplikasi. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(2), 271–278. <https://doi.org/10.30812/adma.v4i2.3295>
- Hanum, R., Sukmarini, L., & Zahra, A. N. (2023). Efektivitas Terapi Musik dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1767–1781. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.6092>
- Josephine, F. R., Orenda, C., & Silalahi, L. R. (2023). Terapi musik dan anak autisme: Sebuah tinjauan literatu. *Ekspresi: Indonesian Art Journal*, 12(1), 26–33.
- Laurensia, L., Destra, E., Saint, H. O., Syihab, M. A. Q., & Ernawati, E. (2022). Program Intervensi Pencegahan Peningkatan Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Jaya. *E-Amal:*

- Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 1227–1232.
<https://doi.org/10.47492/eamal.v2i2.1472>
- Mahardika, K., Nazelia, D., Koirina, T., Wardhani, A., & Safitri, L. (2023). Pertumbuhan Dan Perkembangan Lansia Ditinjau Dari Kognitifnya. *Jurnal Pendidikan Multidipliner*, 6(November), 62–66.
- Pramitasari, A., & Cahyati, W. H. (2022). Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Banyudono 1 Kabupaten Boyolali. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 6(4), 1–22.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- Pratama, F., Ludiana, & Dewi, T. (2023). Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Yosomulyo. 3(September), 314–322.
- Rendi, Shafwan, A., Mustafa, Amiruddin, M. R., Saasa, Nirwana, & Azim La ode Liaumin. (2022). Pengaruh terapi relaksasi musik klasik terhadap tekanan darah pasien hipertensi di ruang perawatan interna BLUD Rumah Sakit Konawe. *Jurnal Penelitian Sains Dan ...*, 1(3), 69–77.
<file:///C:/Users/HP/Downloads/19.pdf>
- Rosadi, E., Gusty, R. P., & Mahathir, M. (2023). Karakteristik Tekanan Darah dan Kenyamanan pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 731–738.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/viewFile/12775/pdf>
- Sarwoko, S. (2023). Pengaruh Senam Lansia terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Puskesmas. *Lentera Perawat*, 1(2), 114–120.
- Sarwono, aris eddy, & Handayani, A. (2021). *Metode Penelitian*.
- Satria, B. A., & Hartutik, S. (2023). Penerapan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di dukuh sedah kabupaten sragen. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mandira Cendikia*, 1(3), 37–44.
- Syukkur, A., Vinsur, E. Y. Y., & Nurwiyono, A. (2022). Pemberdayaan Kader Lansia Dalam Upaya Penatalaksanaan Hipertensi. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 624.
<https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i2.7041>
- Tanjung, A. I., Mardiono, S., & Saputra, A. U. (2023). Pendidikan Kesehatan Senam Bugar Dalam Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di RSUD Kayuagung Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4), 43–46.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.8123389>
- Umeda, M., Naryai, Misparsi, Muhdiana, D., Jumaiyah, W., & Nurhayati. (2020). *modul hierensi*. fakultas ilmu keperawatan-universitas muhammadiyah jakarta.
- Veronika, E., Alia Keumala Muda, C., Irfandi, A., Melviana Simatupang, M., & Azteria, V. (2024). Edukasi Faktor Risiko Hipertensi Dan

Pencegahannya Pada Masyarakat
Di Tegal Alur, Jakarta Barat.
*EJOIN:Jurnal Pengabdian
Masyarakat*, 2(3), 536–546.

Widyaningsih, R., & Rakhmawati, A.
(2023). Pengaruh Terapi Musik

Klasik Terhadap Penurunan
Tekanan Darah Pada Penderita
Hipertensi Primer DiRW 03 Desa
Kalijambe Bekasi. *Malahayati
Helth Student Journal*, 3(8), 2301–
2311.