PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Siti Romadoni[1], Aryadi[1], Desy Rukiyati[2]
[1]PSIK STIKes Muhammadiyah Palembang
[2]Rumah Sakit Muhamadiyah Palembang
Email: siro_ukhti@yahoo.coid

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian masyarakat mengingat dampak negatif yang timbulnya baik jangka pendek maupun jangka panjang. Hipertensi juga merupakan penyakit degeneratif yang berkembag seiring dengan pertambahan usia. Penurunan tekanan darah dapat diatasi dengan cara farmakologi menggunakan obat-obatan dan diatasi dengan cara non farmakologi yaitu dengan teknik distraksi, salah satunya dengan mendengarkan musik, khususnya musik klasik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Poliklinik Penyakit Dalam PDL RS Muhammadiyah Palembang dengan desain penelitian menggunakan Pra-Eksperimental *(One group pra-post test design)*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 34 responden diambil dengan menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah observasi nilai sistolik, musik dipendengarkan menggunakan MP3 *Playe*r yang dilengkapi dengan *headphone*, rekaman musik dari Kenny G *"Heart and Soul"* yang diberikan selama 10 menit. Rerata usia responden 57,71 (11,07). Rerata nilai sistolik pre test 161,47 (12,094), rerata nilai sistolik post test 158,82 (13,203) dan rerata penurunan tekanan darah sistolik responden 4,4% (1,640). Hasil uji wilcoxon (Z = -3,286 dan p value = 0,001). Berdasarkan hasil analisa data diketahui terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah intervensi terapi musik klasik. Simpulannya adalah terapi musik klasik mempunyai pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Diharapkan praktisi perawat dapat mengaplikasikan terapi alternatif dengan menyertakan seni dan musik sebagai modalitas penanganan hipertensi.

Kata kunci : Hipertensi, Terapi Musik, Penurunan Tekanan Darah

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian masyarakat mengingat dampak negatif yang timbulnya baik jangka pendek maupun jangka panjang. Hipertensi juga merupakan penyakit degeneratif yang berkembang seiring dengan pertambahan usia.Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah menjadi naik dan bertahan pada tekanan tersebut meskipun sudah rileks (Iman Soeharto & Suheni, 2007).

Berdasarkan data WHO tahun 2000 menunjukkan bahwa di seluruh dunia sekitar 976 juta orang atau kurang lebih 26,4% penduduk dunia mengidap hipertensi (Puspita, 2009). Berdasarkan data dari DINKES Provinsi Sumatera Selatan diketahui bahwa prevalensi tertinggi per 10.000 penduduk di Sumatera Selatan adalah hipertensi, dimana pada tahun 2009 mencapai 53,36% sedangkan pada tahun 2010 mencapai 53,22%.

Pengobatan hipertensi dapat diatasi dengan cara farmakologi menggunakan obat-obatan dan diatasi dengan cara non farmakologi yaitu dengan teknik distraksi, salah satunya dengan mendengarkan musik, khususnya musik klasik (Satiadarma, 2002).

Hipertensi adalah kondisi medis yang terjadi akibat peningkatan tekanan darah secara kronis, peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg (Adib, 2011 ; Price & Wilson, 2005).

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental. Setiap musik memiliki potensi tertentu untuk mempengaruhi kondisi psikologis dan psikis seseorang, baik musik itu adalah musik klasik maupun bukan musik klasik. Tempo musik klasik menjadi faktor yang paling penting, jenis musik yang direkomendasikan adalah non-lirik terdiri dari nada rendah dengan beat 60-80 per menit dan tingkat volume 60 dB (Joana, 2009). Menurut Turana (2011), bahwa rangsangan musik dapat mengaktivasi jalur-jalur spesifik di dalam beberapa area otak, seperti sistem Limbik yang berhubungan dengan perilaku emosional. Dengan mendengarkan musik, sistem Limbik ini teraktivasi dan individu tersebut pun menjadi rileks. Saat keadaan rileks inilah tekanan darah menurun. Jadi tidak hanya obat Prozak (antidepresi) saja, yang dapat bekerja di sistem Limbik, namun juga terapi musik. Selain itu pula alunan musik dapat menstimulasi tubuh

untukmemproduksi molekul yang disebut *nitrik oxide* (NO).

Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah. Dengan begitu, maka akan sangat bermanfaat jika musik dapat digunakan untuk penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian Pra-Eksperimental, dengan jenis penelitian *One group pra-post test design* (pra-pasca tes dalam satu kelompok) (Nursalam, 2008).

Data responden didapatkan dengan cara observasi yaitu dengan melakukan pengukuran tekanan darah menggunakan alat tensi meter terhadap responden, dan subjek penelitian adalah pasien hipertensi di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pada kuesioner berisi tentang identitas lengkap responden dan lembar *check list*.
2. Melakukan pengukuran tekanan darah klien dengan alat tensi meter.
3. MP3 Player yang dilengkapi *headphone*

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Nilai sistolik sebelum dilakukan intervensi (pre test)

Nilai Sistolik Sebelum Intervensi	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
150	*14*	41,2
160	*7*	20,6
170	*9*	26,5
180	*2*	5,9
190	*2*	5,9
Total	**34**	**100**

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan distribusi frekuensi dari 34 responden sebelum diberikan intervensi, nilai terendah sistoliknya 150 mmHg dan nilai sistolik tertinggi 190 mmHg.

Nilai sistolik setelah dilakukan intervensi (post test)

Nilai Sistolik Setelah Intervensi	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
140	*2*	5,9
145	*5*	14,7
150	*8*	23,5
155	*1*	2,9
160	*7*	20,6
165	*1*	2,9
170	*6*	17,6
175	*1*	2,9
180	*1*	2,9
190	*2*	5,9
Total	**34**	**100**

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan distribusi frekuensi dari 34 responden sesudah diberikan intervensi, mayoritas responden nilai sistoliknya 150 mmHg (23,5%). Nilai terendah sistolik responden 140 mmHg dan nilai tertinggi 190 mmHg. Data ini menunjukan bahwa

ada penurunan terhadap nilai sistolik responden

Analisis Bivariat

Variabel	Mean	SD	Z	P
Nilai sistolik sebelum intervensi	161,47	12,094		
			-3,286	0,001
Nilai sistolik setelah intervensi	158,82	13,203		

Dari hasil analisis didapatkan nilai sistolik sebelum intervensi dengan mean 161,47 (12,094) dan nilai sitolik setelah dilakukan intervensi dengan mean 158,82 (13,203). Sedangkan nilai Z -3,286 dan P value = 0,001.

Pada bagian statistik menunjukan bahwa hasil uji Wilcoxon. Dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai signifikan p value = 0.001 karena nilai p value kurang dari 0,05 (P<0,05). Maka, terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di poliklinik penyakit dalam RS Muhammadiyah Palembang.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Nilai sistolik sebelum dilakukan intervensi (pre test)

Didapatkan distribusi frekuensi dari 34 responden, sebelum diberikan intervensi, sebagian responden nilai sistoliknya 150 mmHg yaitu sebanyak 41% nilai sistolik 160 mmHg sebanyak 20,6% nilai sistolik 170 mmHg sebanyak 26,5% nilai sistolik 180 mmHg sebanyak 5,9% dan nilai sistolik 190 mmHg sebanyak 5,9%. Sebelum diintervensi musik klasik menunjukkan nilai mean 161,47 (12,904) terlihat bahwa nilai sistolik sebelum dilakukan intervensi terendah adalah 150 mmHg dan tertinggi 190 mmHg, dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% rata-rata nilai sistolik sebelum diberikan intervensi yaitu 161,47 (12,904).

Nilai sistolik setelah dilakukan intervensi (post test)

Didapatkan distribusi frekuensi dari 34 responden sesudah diberikan intervensi, mayoritas responden mempunyai nilai sistolik 150 mmHg (23,5%) dan nilai sistolik terendah 140 mmHg. Data ini menunjukan bahwa ada penurunan tekanan darah pada responden setelah diberi terapi musik klasik.

Nilai sistolik sesudah diberikan intervensi dengan nilai mean 158,82 (13,203) terlihat bahwa nilai sistolik sesudah diberikan intervensi terendah adalah 140 mmHg dan tertinggi 190 mmHg. Setelah dilakukan intervensi terdapat nilai sistolik penurunan tekanan darah pada responden. Nilai sistolik terendah responden sebelum dilakukan intervensi adalah 150 mmHg, kemudian

setelah diberikan intervensi nilai sistolik terendah berkurang menjadi 140 mmHg.

Analisis Bivariat

pada bagian test statistik dengan metode analisis Shapiro-Wilk Test. Dari hasil statistik diperoleh nilai p value = 0,001 (p<0,05), hal ini secara statistik ada perbedaan bermakna antara nilai sistolik sebelum dan sesudah intervensi, artinya terapi musik klasik mempunyai pengaruh yang efektif dalam penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Hal ini ada kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saing (2007), dari hasil penelitian pada 44 pasien yang telah dibagi menjadi dua kelompok. Ada pengaruh yang signifikan terapi musik klasik dalam penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di SMA Sindorame Sumatera Utara (pv=0,001).

Berdasarkan penelitian, peneliti berpendapat bahwa terapi musik klasik mempunyai pengaruh yang sangat efektif terhadap penurunan tekanan darah, dengan alunan musik dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul yang disebut *nitric oxide* (NO). Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Terapi musik tidak membutuhkan latihan khusus oleh klien sehingga relative mudah digunakan.

SIMPULAN

1. Nilai sistolik responden sebelum diberikan intervensi (Pre tes) terapi musik klasik di Poliklinik PDL RS Muhammdiyah Palembang nilai terendah sistolik yaitu 150 mmHg.
2. Nilai sistolik responden setelah diberikan intervensi (Post tes) terapi musik klasik di Poliklinik PDL RS Muhammdiyah Palembang nilai terendah sistolik yaitu 140 mmHg.
3. Nilai sistolik rerata penurunan tekanan darah setelah dilakukan terapi musik dari 34 responden yaitu 4,4% (1,640).
4. Secara statistik ada perbedaan bermakna antara nilai sistolik sebelum dan sesudah intervensi. P value = 0,001, artinya terapi musik kasik mempunyai pengaruh yang efektif dalam penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi

SARAN

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahun yang berharga bagi responden, dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari, karena terapi musik ini relatif mudah dilakukan dan tidak perlu kemampuan khusus untuk melakukan terapi musik.

DAFTAR PUSTAKA

Adib, M. (2011). *Pengetahuan Praktis Ragam Penyakit Mematikan Yang Paling Sering Menyerang Kita*. Jogyakarta: Buku Biru.

Joana, B. I. (2009). *Music as an Intervention in Hospitals. Best Practice: Evidence Based Information Sheets for Health Professional;* 13(3).

Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pedoman Skripsi, Tesis Dan Instrumen Penelitian Keperawatan.* Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika.

Potter, P.A & Perry, A.G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4 Volume 2.* Jakarta: EGC.

Puspita, W.R. (2009). *Gaya Hidup Pada Mahasiswa Penderia Hipertensi Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.* Diakses dari http://etd.eprints.ums.ac.id/3618/1/F100030148.pdf Pada tangal 07 September 2012.

Saing, K.A. (2007). *Pengaruh Musik Terhadap Penurunan Tekanan Darah.* Diakses dari http://www.koleksiskripsi.com/2011/05/pengaruh-musik-klasik-terhadap. html pada tanggal 07 September 2012

Satiadarma, M.P. (2002). *Terapi Musik*. Jakarta: Milenia Populer.

Setyoadi & kushariyadi. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatrik*. Jakarta: Salemba Medika