PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA TERATAI PALEMBANG TAHUN 2019

Syahrial S
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Adiguna Palembang
Program S1 Keperawatan
Email ; syahrial24031989@gmail.com

ABSTRAK

Menurut *World Health Organization*, sekitar 1 milyar penduduk di seluruh dunia menderita hipertensi dimana dua pertiganya terdapat di negara-negara berkembang. Tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan salah satu masalah kesehatan utama setiap negeri karena bisa menimbulkan penyakit jantung dan stroke otak yang mematikan. Penatalaksanaan hipertensi umumnya dengan cara non farmakologis. Sebagai terapi pendukung non farmakologis, musik berperan penting dalam peningkatan kemampuan perlawanan terhadap penyakit. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang Tahun 2019. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Pre Experimental Design* dengan rancangan penelitian *One-group pre and post test* design yang dilakukan pada satu kelompok tanpa kelompok kontrol. Populasi pada penelitian ini adalah pasien yang mengalami hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang.. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *metode purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Hasil penelitian univariat diketahui sebelum diberikan terapi musik klasik tekanan darah tinggi sebanyak 19 responden (63,3%) sedangkan tekanan darah rendah sebanyak sebanyak 11 responden (36,7%), sesudah diberikan musik klasik tekanan darah tinggi sebanyak 8 responden (26,7%) sedangkan tekanan darah rendah sebanyak sebanyak 22 responden (73,3%). Hasil uji t didapatkan ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang tahun 2019 (*p value* = 0,000 < α = 0,05). Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk dapat dapat melakukan terapi musik klasik sebagai salah satu intervensi dalam menurunkan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi sebagai bentuk penerapan pelayanan keperawatan.

Kata Kunci: Hipertensi, Terapi Musik Klasik

ABSTRACT

According to the World Health Organization, around 1 billion people around the world suffer from hypertension and two-thirds of them are found in developing countries. Hypertension is one of the main problems in every country because it can cause heart disease and deadly brain strokes. Management of hypertension is generally non-pharmacological. As a non-pharmacological supportive therapy, music plays an important role in increasing the ability to fight disease. This study aimed to find out the influence of

classical music therapy on drop in blood pressure of hypertension patients in Panti Sosial Tresna Werdha Teratai of Palembang in 2019. This study used a pre experimental design with one-grup pre and post test design conducted in one group without a control group. The population in this study was all patients suffered from hypertension in the social homes. The number of samples was 30 people taken using purposive sampling method. The result of univariate analysis showed that 19 respondents (63.3%) had high blood pressure and 11 respondents (36.7%) had low blood pressure before given classical music therapy, but 8 respondents (26.7%) had high blood pressure and 22 respondents (73.6%) had low blood pressure after given classical music therapy. The result of t test showed that there was an influence of classical music therapy on drop in blood pressure of hypertension patients in the social homes in 2019 with p value of 0.000 < α = 0.05. It is expected that health workers can be able to perform classical music therapy as an intervention in reducing systolic blood pressure in the elderly with hypertension as an application of nursing services.

Keyword : Hypertension, Classical Music Therapy

PENDAHULUAN

Seiring dengan perkembangan zaman, baik disadari maupun tidak, manusia cenderung menganut gaya hidup modern. Gaya hidup seperti ini membuat manusia sangat menyukai hal-hal instan. Akibatnya, malas beraktivitas fisik dan gemar mengkonsumsi makanan instan, yang memiliki kandungan lemak dan natrium tinggi. Selain itu, gaya hidup modern tidak jarang membuat manusia tertekan dengan segala rutinitas harian sehingga dapat menimbulkan stress, kebiasaan merokok, serta mengkonsumsi alkohol dan kafein yang berlebihan. Hal-hal tersebut tentu dapat memicu timbulnya berbagai penyakit termasuk hipertensi (Sari, 2017).

Tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan salah satu masalah kesehatan utama setiap negeri karena bisa menimbulkan penyakit jantung dan stroke otak yang mematikan. Hipertensi dianggap masalah kesehatan serius karena kedatangannya seringkali tidak kita sadari dengan sedikit, jika memang ada, gejala yang nyata. Penyakit ini bisa terus bertambah parah tanpa disadari hingga mencapai tingkat yang mengancam hidup pasiennya (Wade, 2016).

Menurut *World Health Organization*, sekitar 1 milyar penduduk di seluruh dunia menderita hipertensi dimana dua pertiganya terdapat di negara-negara berkembang. Hipertensi menyebabkan 8 juta penduduk di seluruh dunia meninggal setiap tahunnya, dimana hampir 1,5 juta penduduk diantaranya terdapat di kawasan Asia tenggara. Hipertensi telah menjadi masalah utama dalam kesehatan masyarakat sehingga WHO tahun 2016 menunjukkan, di seluruh

dunia sekitar 972 juta orang % penghuni bumi mengidap hipertensi. Kejadian hipertensi meningkat disetiap negara dan dilihat dari prevalensi lansia yang menderita hipertensi berjumlah lebih dari 600 juta orang (Triyanto, 2017).

Jumlah penderita hipertensi terus bertambah dari tahun ke tahun. Ada sekitar 50 juta (21,7%) penduduk orang dewasa Amerika yang menderita hipertensi, hipertensi juga menyerang Thailand sebesar 17% dari total penduduk. Vietnam 34,6%, Singapura 24,9%, Malaysia 29,9%. Badan Kesehatan Dunia atau WHO mengatakan bahwa hipertensi merupakan penyebab nomor 1 diantara 7 kematian di dunia (Robert, 2017).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran menurut usia ≥18 tahun sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi di Indonesia yang diperoleh melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4% yang didiagnosis tenaga kesehatan sebesar atau sedang minum obat sebesar 9,5%. Jadi terdapat 0,1 % yang minum obat sendiri. Responden yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum obat hipertensi sebesar 0,7%. Jadi prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5 % (Kemenkes RI, 2016).

Hipertensi dapat mengakibatkan komplikasi seperti stroke, kelemahan jantung, penyakit jantung koroner (PJK), gangguan ginjal dan lain-lain yang berakibat pada kelemahan fungsi dari organ vital seperti otak, ginjal dan jantung yang dapat berakibat kecacatan bahkan kematian. Hipertensi atau yang disebut *the silent killer* yang merupakan salah satu faktor resiko paling berpengaruh penyebab penyakit jantung (c*ardiovascular*) (Delta, 2010).

Melihat kejadian dan dampak dari hipertensi, maka dilakukan Penatalaksanaan hipertensi yang terdiri dari terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis. Dalam terapi farmakologi misalnya reserprine yaitu obat yang paling luas digunakan dalam terapi hipertensi, tapi obat-obatan itu menghambat aktifitas sistem sipatikoadrenergik dengan menghilangkan sebagian dari noradrenalin yang tersimpan pada dinding arteri, menyebabkan reuwolvia bekerja aman dan cenderung lambat. Namun jika diminum terlalu banyak dapat menyebabkan depresi (Delta, 2010).

Penatalaksanaan hipertensi umumnya dengan cara non farmakologis yaitu dengan mengatasi gaya hidup seperti pengurangan berat badan, pengaturan diet

makanan, olah raga teratur dan mengurangi stres. Pengaturan diet makanan dan olah raga teratur umumnya telah terbukti dapat menurunkan tekanan darah namun penggunaan musik klasik (mozart) sebagai tatalaksana nonfarmakologis masih dalam tahap perkembangan (Klementinasaing, 2010).

Terapi musik adalah penggunaan musik sebagai alat terapi untuk memperbaiki, memelihara, meningkatkan keadaan mental, fisik dan emosi. Bagi penderita hipertensi atautekanan darah tinggi, musik dapat dijadikan sebagai terapi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah (Ismarina, 2015).

Musik yang terdiri dari kombinasi ritme, irama, harmonik,dan melodi sejak dahulu diyakini mempunyai pengaruh terhadap pengobatan orang sakit. Seiring dengan perkembangan zaman ketertarikan para peneliti terhadap musik dan bagaimana pengaruhnya terhadap kesehatan juga mengalami perkembangan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Chafin (2004) mendengarkan musik klasik dapat mengurangi kecemasan dan stres sehingga tubuh mengalami relaksasi, yang mengakibatkan penurunan tekanan darah dan denyut jantung (Klementinasaing, dalam Jasmarizal, 2013).

Musik klasik (mozart) merupakan barang langka bagi manusia di era modern seperti sekarang, namun berkat alunan nadanya tersebut dipercaya mampu memberikan efek-efek positif bagi kehidupan manusia. Pengaruh musik klasik (mozart) sebagai *entertaining effect, learning support effect* dan sebagai *enriching- mind effect.* Karena musik dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan ketenangan karena musik dengan irama lembut yang didengarkan melalui telinga akan langsung masuk ke otak dan langsung diolah sehingga menghasilkan efek yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang (Campbell dalam Jasmarizal, 2013).

Sebagai terapi pendukung non farmakologis, musik berperan penting dalam peningkatan kemampuan perlawanan terhadap penyakit. Hal ini bisa dicapai karena musik membantu keseimbangan emosi dan menghilangkan depresi pasiendan juga menurunkan kecemasan ataupun rasa tekanan yang diperoleh, yang mejadi salah satu penyebab meningginya tekanan darah seseorang atau hipertensi (Turana, 2012)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap 5 orang lansia yang mengalami hipertensi, selama 3 hari berturut sebelum dilakukan terapi

musik klasik pengukuran tekanan darah setelah itu baru diberikan terapi musik klasik lalu dilakukan kembali pengukuran tekanan darah. Hasil observasi diktehaui bahwa terjadi penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Menurut hasil penelitian Tanngahu, dkk (2015) di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila, diketahui bahwa terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan nilai *p value* = 0,001. Penelitian tersebut juga sama dengan penelitian Jasmarizal (2011) di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang. Dari hasil penelitian diketahui bahwa 100% responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik rata-rata 6 mmHg setelah diberikan terapi musik klasik. Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai *p value* = 0,003 yang berarti bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekadan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi.

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan angka kejadian hipertensi pada tahun 2016 sebanyak 138.743 kasus (104.716 terjadi pada usia > 55 tahun), pada tahun 2017 sebanyak 2016 sebanyak 155.217 kasus (112.451 terjadi pada usia > 55 tahun).

Menurut data dari Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang, jumlah tahun 2016 jumlah lansia di panti sebanyak 61 orang terdiri dari 33 perempuan dan 28 laki-laki, pada tahun 2017 sebanyak 68 orang terdiri dari 41 perempuan dan 27 laki-laki, dan pada tahun 2018 sebanyak 70 orang terdiri dari 45 perempuan dan 25 laki-laki. Pada tahun 2019 dari bulan Januari – Februari jumlah lansia sebanyak 70 orang yang terdiri dari 45 perempuan dan 25 laki-laki. Hasil studi pendahuluan diketahui sebanyak 44 orang mengalami hipertensi (Profil Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang, 2019).

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk meneliti pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang Tahun 2019.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Pre Experimental Design* dengan rancangan penelitian *One-group pre and post test* design yang dilakukan pada satu kelompok tanpa kelompok control. Kelompok subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi (*pre-test*) kemudian diobservasi lagi setelah

intervensi (*post-test*). Intervensi yang diberikan berupa terapi musik klasik yang akan diberikan pasien hipertensi selama 7 hari dengan durasi 17 menit dan akan diberikan perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik. Populasi pada penelitian ini adalah pasien yang mengalami hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang yang berjumlah 44 responden. Peneliti menentukan sampel dalam penelitian ini menggunakan *metode Purposive Sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang penulis buat sendiri Dalam penelitian ini jumlah sampel sebanyak 30 responden sedangkan 14 lansia hipertensi lainnya tidak bersedia menjadi responden. analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Tekanan Darah Sebelum Tindakan	**Frekuensi**	**%**
Tinggi	19	63,3
Rendah	11	36,7
Total	30	100
Tekanan darah sesudah tindakan	**Frekuensi**	**%**
Tinggi	8	26,7
Rendah	22	73,3
Total	30	100

Hasil Bivariat

Tabel 2 Pengaruh Musik Klasik terhadap Penurunan Tekanan Darah

Tekanan Darah	n	Mean	SD	*p value*
Sebelum	30	159,67/96,00	11,885/7,701	0,000
Sesudah		139,00/93,33	9,948/5,467	

Pembahasan

Hasil analisis univariat diketahui bahwa sebelum diberikan terapi musik klasik dari 30 responden tekanan darah tinggi sebanyak 19 responden (63,3%) sedangkan tekanan darah rendah sebanyak sebanyak 11 responden (36,7%). Sesudah diberikan terapi musik klasik dari 30 responden tekanan darah tinggi sebanyak 8 responden (26,7%) sedangkan tekanan darah rendah sebanyak sebanyak 22 responden (73,3%).

Hasil analisis bivariat diketahui bahwa nilai rata-rata tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik sebesar 159,67/96,00 dengan standar deviasi 11,885/7,701 sedangkan nilai rata-rata tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik sebesar 139,00/93,33 dengan standar deviasi 9,948/5,467. Dari nilai mean diketahui bahwa terdapat penurunan tekanan darah sebesar 20,667/2,667. Dari hasil uji statistik diketahui nilai *p value* = 0,000 < dari α = 0,05. Dari hasil uji statistik diketahui nilai *p value* = 0,000 < dari α = 0,05 yang berarti bahwa ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Turana (2012), sebagai terapi pendukung non obat, musik berperan penting dalam peningkatan kemampuan perlawanan terhadap penyakit. Hal ini bisa dicapai karena musik membantu keseimbangan emosi dan menghilangkan depresi pasien dan juga menurunkan kecemasan ataupun rasa tekanan yang diperoleh, yang mejadi salah satu penyebab meningginya tekanan darah seseorang atau hipertensi. Sebagai terapi pendukung non farmakologis, musik berperan penting dalam peningkatan kemampuan perlawanan terhadap penyakit. Hal ini bisa dicapai karena musik membantu keseimbangan emosi dan menghilangkan depresi pasien dan juga menurunkan kecemasan ataupun rasa tekanan yang diperoleh, yang mejadi salah satu penyebab meningginya tekanan darah seseorang atau hipertensi.

Penelitian ini sesuai dengan teori Soemantri (2009), musik untuk terapi membantu penyembuhan dari dalam, misalnya mengatasi depresi. Dengan membantu memperbaiki kondisi depresi, pasien diharapkan mau berobat. Kemauan melawan penyakit akan memperbaiki kualitas hidup pasien, yang menentukan kesembuhannya (Sumantri, 2009)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Tangahu, dkk (2015) di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila, diketahui bahwa terdapat pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan nilai *p value* = 0,001. Penelitian tersebut juga sama dengan penelitian Jasmarizal (2011) di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang. Dari hasil penelitian diketahui bahwa 100% responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik rata-rata 6 mmHg setelah diberikan terapi musik klasik. Hasil uji wilcoxon diperoleh nilai *p value* = 0,003 yang berarti bahwa ada pengaruh terapi

musik klasik terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Jasmarizal dkk (2013) Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2013. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperiment* dengan rancangan penelitian *One Group Pretest Post Test Design*. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Lansia "SHIHAT" Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2013. Hasil penelitian menunjukkan dari 20 orang responden hanya 11 orang responden yang memenuhi kriteria sampel untuk dijadikan responden. Seluruh responden (100%) menderita tekanan darah sistolik yang tinggi sebelum diberikan terapi musik klasik (Mozart), 100% dari responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik rata-rata 6 mmHg setelah diberikan terapi musik klasik (Mozart). Penerapan terapi musik klasik (Mozart) berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi yang di uji melalui *Uji Wilcoxon* nilai P value 0,003.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait dapat peneliti berasumsi bahwa terapi musik dapat mengurangi kecemasan sehingga membuat pasien lebih rileks ataupun rasa tekanan yang diperoleh, yang mejadi salah satu penyebab meningginya tekanan darah seseorang atau hipertensi, sehingga dengan perasaan yang rileks dan nyaman tekanan darah menjadi menurun.

SIMPULAN

1. Distribusi frekuensi tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik dari 30 responden tekanan darah tinggi sebanyak 19 responden (63,3%) sedangkan tekanan darah rendah sebanyak sebanyak 11 responden (36,7%).
2. Distribusi frekuensi tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik dari 30 responden tekanan darah tinggi sebanyak 8 responden (26,7%) sedangkan tekanan darah rendah sebanyak sebanyak 22 responden (73,3%).
3. Ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang tahun 2019 (*p value* = 0,000 < α = 0,05)

DAFTAR PUSTAKA

Bustan M.N. 2007. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta.

Delta, M.N. 2010. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta

Dinkes Sumsel. 2017. *Profil Kesehatan Masyarakat*. Palembang: Dinkes

Erfandi. 2012. *Terapi Musik Untuk Kesehatan*. (Online) at http://terapi- musik// diakses tanggal 20 Januari 2019

Ismarina D. 2015. *Efektivitas perubahan tekanan darah lansia penderita hipertensi setelah melakukan terapi musik klasik dengan relaksasi autogenic*. Jurnal. FK Unsri

Jasmarizal. 2013. *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kec. Koto Tangah Padangtahun 2011*. Jurnal. STIKES Mecu Bakti Jaya Padang.

Kemenkes RI. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia.* Jakarta: Kemenkes

Klementinasaing, Saloma. 2010. *Pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah*. Jurnal USU.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Profil Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang tahun 2018.

Pudiatuti, Ratna Dewi. 2013. *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Robert Daniel. 2017. *Gambaran Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Guru di SD GMIMIV Tomohon*. Poltekes Kemenkes Manado

Sari Indah Nur Yanita. 2017. *Berdamai dengan Hipertensi* Jakarta Bumi Medika

Tanangahu. Dkk 2015. *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia di Puskesmas Kabila*. Jurnal. Univ. Gorontalo.

Turana. 2012. *Pengaruh Musik Klasik terhadap Penurunan Tekanan Darah*.Jurnal. FK USU Medan:

Wijaya & Putri, 2013. *Keperawatan Medikal Bedah 1*. Yogyakarta: Nuha Medika

Wade Carlson. 2016. *Mengatasi Hipertensi*. Bandung: Nuansa Cendikia.