

Pengaruh Terapi Relaksasi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Ruang Perawatan Interna BLUD Rumah Sakit Konawe

¹Rendi, ¹Aidil Shafwan, ²Mustafa, ²Muh. Rinvil Amiruddin, ³Saasa, ⁴Nirwana, ⁵La Ode Liaumin Azim*

¹Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Kesehatan Avicenna, Jl. Y. Wayong By Pass Lepo-Lepo Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, 93116

²Program Studi Profesi Pendidikan Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Kesehatan Avicenna, Jl. Y. Wayong By Pass Lepo-Lepo Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, 93116

³Program Studi S1-Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Kesehatan Avicenna, Jl. Y. Wayong By Pass Lepo-Lepo Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, 93116

⁴Program Studi S1-Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Kesehatan Avicenna, Jl. Y. Wayong By Pass Lepo-Lepo Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, 93116

⁵Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kampus Hijau Bumi Tridharma, Anduonohu, Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, 93232

Email korespondensi: alymelamed09@uho.ac.id

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Submitted: 22 Agustus 2022

Accepted: 23

September 2022

Publish Online: 30

September 2022

Kata Kunci:

Alternatif terapi, musik klasik, hipertensi

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg. Jumlah pasien hipertensi di BLUD RS Konawe sejak bulan Juli sampai Desember 2021 sebanyak 120 kasus. Terapi dengan nyanyian atau musik diyakini mampu meredakan hipertensi karena dapat mempengaruhi ketegangan sehingga seseorang menjadi lebih rileks. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari pengaruh terapi musik klasik terhadap tekanan darah pasien hipertensi. **Metode:** Penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan rancangan *One Group Pre Test - Post Test Design* terhadap 18 dari 120 orang populasi pasien hipertensi di Ruang Perawatan Interna BLUD RS Konawe sejak tanggal 22 Juli sampai 4 Agustus 2022 yang diperoleh secara *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan stetoskop untuk mendengarkan denyut nadi, sphygmomanometer untuk memeriksa tekanan darah, dan form lembar observasi peneliti untuk mencatat hasil pengukuran tekanan darah pasien. Analisis data menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. **Hasil:** Nilai rata-rata tekanan darah post test lebih rendah daripada pre test, yakni dari tahap 1 menjadi kategori prehipertensi. Hasil analisis menunjukkan ada pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap tekanan darah pasien hipertensi. **Kesimpulan:** Ada perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi relaksasi musik klasik.

Abstract

Keywords:

Alternative therapy, classical music, hypertension

Background: Hypertension is an increase in systolic blood pressure of at least 140 mmHg or diastolic pressure of at least 90 mmHg. The number of hypertension patients at the Konawe Hospital BLUD from July to December 2021 was 120 cases. Therapy with singing or music is believed to be able to relieve hypertension because it can affect tension so that a person becomes more relaxed. **Objective:** This study aims to study the effect of classical music therapy on blood pressure in hypertensive patients. **Methods:** This study was a pre-experimental study with the *One Group Pre Test - Post Test Design* design on 18 out of 120 populations of hypertension patients in the Konawe Hospital BLUD Internal Care Room from 22 July to 4 August 2022 which were obtained by *purposive sampling*. The research instrument used a stethoscope to listen to the pulse, a sphygmomanometer to check blood pressure, and a researcher's observation sheet form to record the results of the patient's blood pressure measurements. Data analysis using the *Wilcoxon Signed Ranks Test*. **Results:** The average value of post-test blood pressure is

*lower than the pre-test, namely from stage 1 to the prehypertension category. The results of the analysis showed that there was an effect of giving classical music relaxation therapy on the blood pressure of hypertensive patients. **Conclusion:** There are differences in blood pressure before and after giving classical music relaxation therapy.*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian dari seluruh lapisan masyarakat karena dapat menimbulkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang. Oleh sebab itu, perlu penanggulangan yang terpadu dan menyeluruh dalam waktu yang lama. Penyakit hipertensi menimbulkan angka kematian dan kesakitan yang tinggi. Sekitar 13% dari total kematian atau sekitar 7,1 juta kematian orang di seluruh dunia diperkirakan disebabkan oleh hipertensi (Zuraidah, dkk, 2012).

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah arterial abnormal yang berlangsung secara terus menerus (Setiawan, 2015). Hipertensi adalah sebagai peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg. Hipertensi menjadi resiko utama pada penyakit jantung, penyakit stroke dan juga penyakit pada ginjal (Nurarif dan Kusuma, 2016).

Angka kejadian hipertensi cukup tinggi di dunia. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan bahwa hampir 1,3 miliar orang di dunia mengalami hipertensi. Kemudian pada tahun 2019 prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27%. Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk (Infodatin Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 yaitu sebesar 31,7% yang berarti hampir 1 dari 3 penduduk usia dari 18 tahun keatas menderita hipertensi. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (31,34%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (34,43%) dibandingkan dengan pedesaan (33,72%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan penambahan umur. Berbagai faktor terkait dengan genetik

dan pola hidup seperti aktivitas fisik yang kurang, asupan makanan asin dan kaya lemak serta kebiasaan merokok dan minum alkohol berperan dalam melonjaknya angka hipertensi (Rikesdas, 2018).

Di Wilayah Provinsi Sulawesi Tenggara berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar menyebutkan bahwa pada tahun 2019 jumlah kasus hipertensi sebanyak 13.579 penderita, dan kasus tertinggi di antaranya Kota Kendari 2.095 kasus, Kabupaten Konawe Selatan 1.592, Kabupaten Konawe 1.277, Kabupaten Kolaka 1.046, dan Kabupaten Muna 1.040 (Rikesdas, 2018).

Tanda dan gejala penyakit hipertensi yaitu pusing, sakit kepala terus-menerus, lelah, jantung berdebar-debar, pandangan dapat kabur, serta mimisan. Hasil penelitian lainnya didapatkan bahwa penderita hipertensi dapat mengalami gangguan tidur, yang mayoritas mengalami gangguan tidur berat (Black and Hawks, 2014 dalam Martini dan Hudiyawati, 2020).

Banyak sebab yang memicu seseorang dapat terkena hipertensi, namun dari banyak sebab tersebut, beberapa teori mengklasifikasikannya menjadi 4 sebab utama yaitu disebabkan oleh sistem baroreseptor arteri, pengaturan volume cairan tubuh, sistem renin angiotensin, dan autoregulasi vascular. Seandainya dari ke 4 sebab tersebut tidak bisa dikontrol oleh seseorang makan akan membuat tekan darah menjadi tidak normal lagi atau akan terjadi peningkatan darah khususnya pada pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah (Setiawan, 2015).

Pengobatan hipertensi sendiri bisa dilakukan dengan dua cara, yang pertama yaitu pengobatan farmakologi dan pengobatan non-farmakologi (Nidayyah dkk., 2015)..

Menurut Sulistyarini (2013) relaksasi bertujuan sebagai pengurangi tegang dan cemas dengan cara melatih seseorang untuk

menjadi rileks. Menurut pandangan ilmiah relaksasi suatu metode untuk mengurangi stres dan tegang untuk mencapai tubuh yang sehat. Menurut Suryana (2012) salah satu terapi relaksasi yaitu terapi musik. Terapi musik adalah penggunaan musik sebagai alat terapi untuk memperbaiki, memelihara, meningkatkan keadaan mental, fisik dan emosi. Bagi penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi, musik dapat dijadikan sebagai terapi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah.

Terapi musik diyakni bisa menurunkan tekan darah penderita hipertensi sebab mampu merubah seseorang yang awalnya merasa tegang menjadi lebih santai dan rileks. Pada saat kondisi tubuh rileks inilah otak memberikan rangsangan dengan mengeluarkan hormon *endorphine* dan hormon *serotonine* dimana tugas dari hormon ini membuat tubuh seseorang menjadi rileks (Djohan, 2016).

Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahrial (2019), dengan judul “Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang”, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi.

Berdasarkan studi pendahuluan di BLUD RS Konawe didapatkan jumlah pasien hipertensi tahun 2019 berjumlah 110 orang,, tahun 2020 sebanyak 115 orang, dan tahun 2021 sebanyak 211 kasus. Data dalam 6 bulan terakhir yakni Juli sampai Desember 2021 sebanyak 120 kasus.

Hasil wawancara dengan 5 pasien hipertensi dan 4 perawat di ruangan Interna, seluruhnya menjawab bahwa tidak pernah diberikan terapi musik relaksasi selama dirawat, hanya diberikan obat penurun tekanan darah.

Berdasarkan uraian dan data di atas, penulis termotivasi untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Relaksasi Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Ruang Perawatan Interna BLUD RS Konawe”.

METODE

Penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan rancangan *One Group Pre Test-Post Test Design*. Penelitian ini dilaksanakan mulai tanggal 22 Juli sampai 4 Agustus 2022. Populasi penelitian ini adalah Populasi penelitian ini adalah pasien hipertensi di Ruang Perawatan Interna BLUD RS Konawe dalam 6 bulan terakhir yaitu sebanyak 120 orang, adapun jumlah sampel sebesar 15% dari total populasi yakni sebanyak 18 orang yang diperoleh secara *purporsive sampling*. Instrument penelitian menggunakan stetoskop untuk mendengarkan denyut nadi, sphygmomanometer untuk memeriksa tekanan darah, dan form lembar observasi peneliti mencatat hasil pengukuran tekanan darah pasien. Analisis data menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan jenis Kelamin

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di Ruang Interna BLUD RS Konawe dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Interna BLUD RS Konawe

No	Jenis Kelamin	f	%
1.	Laki-laki	7	38,9
2.	Perempuan	11	61,1
Jumlah (n)		18	100

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 1 di atas menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin. Dari 18 responden, frekuensi tertinggi adalah responden yang berjenis kelamin perempuan yaitu 11 responden (61,1%), sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 7 responden (38,9%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur

Distribusi responden berdasarkan kelompok umur di Ruang Interna BLUD RS Konawe dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur di Interna BLUD RS Konawe

No	Kelompok Umur	f	%
1.	21 - 44 tahun (dewasa muda)	4	22,22
2.	45 - 55 tahun (usia pertengahan)	8	44,45
3.	56 - 60 tahun (pra lansia)	4	22,22
4.	> 60 tahun (lansia)	2	11,11
Jumlah (n)		18	100

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 2 di atas menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan kelompok umur. Dari 18 responden, frekuensi tertinggi adalah kelompok umur 45-55 tahun (usia pertengahan) yaitu 8 responden (44,45%), dan frekuensi terendah adalah kelompok umur > 60 tahun (lansia) yaitu 2 responden (11,11%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan di Ruang Interna BLUD RS Konawe dapat dilihat pada tabel 3. berikut.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Interna BLUD RS Konawe

No	Tingkat Pendidikan	f	%
1.	Sarjana	2	11,11
2.	SMA/SLTA	10	55,56
3.	SMP	3	16,67
4.	SD	1	5,55
5.	Tidak sekolah	2	11,11
Jumlah (n)		18	100

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 3 di atas menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pendidikan. Dari 18 responden, frekuensi tertinggi adalah responden yang berpendidikan SMA/SLTA yaitu 10 responden (55,56%), dan frekuensi terendah

adalah responden yang berpendidikan SD yaitu 1 responden (5,55%).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Distribusi responden berdasarkan pekerjaan di Ruang Interna BLUD RS Konawe dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Interna BLUD RS Konawe

No	Pekerjaan	f	%
1.	PNS	1	5,56
2.	Wiraswasta	3	16,67
3.	Petani	3	16,67
4.	IRT/tidak bekerja	11	61,1
Jumlah (n)		18	100

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 4 di atas menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan. Dari 18 responden, frekuensi tertinggi adalah responden yang tidak bekerja/IRT yaitu 11 responden (61,1%), dan frekuensi terendah adalah responden yang bekerja sebagai PNS yaitu 1 responden (5,56%).

Variabel Yang Diukur

Tekanan Darah Responden Sebelum Intervensi (Pre Test)

Distribusi hasil pengukuran tekanan darah responden sebelum (*pre test*) pemberian terapi relaksasi musik klasik di Ruang Interna BLUD RS Konawe dapat dilihat pada tabel 5. berikut.

Tabel 5. Distribusi Tekanan Darah Responden Sebelum (Pre Test) Pemberian Terapi Relaksasi Musik Klasik di Ruang Interna BLUD RS Konawe

No	Tekanan Darah	F	%
1.	Normal	0	0
2.	Prehipertensi	0	0
3.	Hipertensi tahap 1	8	44,4
4.	Hipertensi tahap 2	10	55,6
Jumlah (n)		18	100

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 5 di atas menunjukkan distribusi tekanan darah responden sebelum

(*pre test*) pemberian terapi relaksasi musik klasik. Dari 18 responden didapatkan frekuensi tertinggi adalah responden yang mengalami hipertensi tahap 2 sebanyak 10 orang (55,6%), sedangkan responden yang mengalami hipertensi tahap 1 sebanyak 8 orang (44,4%).

Tekanan Darah Responden Sesudah Intervensi (*Post Test*)

Distribusi hasil pengukuran tekanan darah responden sesudah (*post test*) pemberian terapi relaksasi musik klasik di Ruang Interna BLUD RS Konawe dapat dilihat pada tabel 6 berikut.

Tabel 6. Distribusi Tekanan Darah Responden Sesudah (*Post Test*) Pemberian Terapi Relaksasi Musik Klasik di Ruang Interna BLUD RS Konawe

No	Tekanan Darah	f	%
1.	Normal	1	5,6
2.	Prehipertensi	8	44,4
3.	Hipertensi tahap 1	8	44,4
4.	Hipertensi tahap 2	1	5,6
Jumlah (n)		18	100

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 6 di atas menunjukkan distribusi tekanan darah responden *post test* (setelah pemberian terapi relaksasi musik klasik). Dari 18 responden, frekuensi tertinggi adalah responden yang mengalami hipertensi tahap 1 dan prehipertensi masing-masing sebanyak 8 orang (44,4%), dan frekuensi terendah adalah responden yang mengalami hipertensi tahap 2 dan kategori normal masing-masing 1 orang (5,6%).

Analisis Bivariat

Sebelum dilakukan uji pengaruh, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk* pada program SPSS versi 21 yang disajikan pada table 7.

Tabel 7. Uji Normalitas Data

	Kolmogorov-Smirnov ^a	Shapiro-Wilk

	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	.363	18	.000	.638	18	.000
Post test	.260	18	.002	.843	18	.007

**Shapiro Wilk Test*

Tabel 7 di atas menunjukkan hasil uji normalitas data menggunakan *Shapiro Wilk* didapatkan nilai signifikasi atau *p value* < $\alpha = 0,05$, dimana nilai signifikasi *pre test* (0,000) dan nilai signifikasi *post test* (0,007) artinya data tidak terdistribusi normal sehingga dilanjutkan dengan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel 8 berikut:

Tabel 8. Perbedaan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Antara Sebelum dan Sesudah Intervensi

	N	Mean	Std. Deviation	Min	Maxi
Pre Test	18	3.555	.51131	3.00	4.00
Post Test	18	2.500	.70711	1.00	4.00

**Descriptive statistic*

Tabel 8 menunjukkan bahwa nilai mean atau rata-rata nilai *pre test* yaitu 3,5556 lebih besar dari pada nilai *post test* yaitu 2,5000.

Tabel 9. Uji *Wilcoxon* Dengan Menggunakan *Software SPSS 21* Pengaruh Terapi Relaksasi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Ruang Interna BLUD RS Konawe

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Tekanan Darah (Post Test) - Tekanan Darah (Pre Test)	Negative Ranks	16 ^a	8.50	136.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	2 ^c		
	Total	18		

a. Tekanan Darah (Post Test) < Tekanan Darah (Pre Test)

- b. Tekanan Darah (Post Test) > Tekanan Darah (Pre Test)
 c. Tekanan Darah (Post Test) = Tekanan Darah (Pre Test)

Test Statistics^a

	Post Test-Pre Test
Z	-3.755 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Tabel 9 menunjukkan bahwa dari hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*, maka nilai Z hitung = 2,731 dengan nilai signifikansi *p value* = 0,000 di mana kurang dari batas kritis penelitian 0,05 sehingga keputusan hipotesis adalah menerima H_a atau yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara tekanan darah *pre test* dan tekanan darah *post test*. Sehingga disimpulkan ada pengaruh terapi relaksasi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Pada hasil pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan terapi relaksasi musik klasik diperoleh sebagian besar responden mengalami hipertensi tahap 2 yaitu sebanyak 10 orang (55,6%), dan terdapat 8 orang (44,4%) yang mengalami hipertensi tahap 1.

Pada hasil pengukuran tekanan darah sesudah dilakukan terapi relaksasi musik klasik diperoleh rata-rata responden mengalami penurunan tekanan darah. Hasil yang didapatkan yaitu terdapat 8 orang (44,4%) mengalami hipertensi tahap 1, terdapat 8 orang (44,4%) mengalami prehipertensi, terdapat 1 orang (5,6%) mengalami hipertensi tahap 2, dan terdapat 1 orang (5,6%) yang kategori normal. Hasil pengukuran *post test* ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami penurunan tekanan darah sesudah dilakukan terapi relaksasi musik klasik pada masing-masing responden.

Berdasarkan hasil observasi tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi terapi relaksasi musik klasik didapatkan sebagian besar responden terjadi penurunan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan

sudah intervensi yakni sebanyak 16 (88,8%) responden dan ada 2 (11,2%) responden yang terjadi penurunan tetapi masih pada kategori yang sama. Responden sebanyak 16 orang tersebut mengalami penurunan tekanan darah antara lain dari kategori hipertensi grade II turun ke hipertensi grade I sebanyak 8 orang, dari hipertensi grade I turun ke prehipertensi sebanyak 6 orang, dari hipertensi grade II turun ke prehipertensi sebanyak 2 orang, dari hipertensi grade I turun menjadi normal ada 1 orang. Terjadinya penurunan yang signifikan ini disebabkan karena responden sangat kooperatif selama pelaksanaan terapi. Selanjutnya dari 2 responden yang terjadi penurunan namun pada kategori yang sama, hal ini terjadi karena responden awalnya memiliki tekanan darah cukup tinggi dan kurang terlihat yakin selama pelaksanaan terapi musik.

Pada penelitian ini, intervensi berupa terapi relaksasi musik klasik dilakukan rata-rata selama 30 menit pada setiap responden. Berdasarkan pengamatan peneliti saat pemberian terapi berlangsung, responden tampak fokus mendengarkan musik klasik menggunakan headset, dan hasil evaluasi setelah pemberian terapi didapatkan responden mengatakan keluhan mulai berkurang seperti pusing berkurang, rasa berdebar-debar (palpitasi) berkurang, dan nyeri kepala berkurang.

Pada penelitian ini pula peneliti mempertimbangkan waktu pemberian obat antihipertensi, dimana semua pasien pada penelitian ini mendapatkan terapi obat antihipertensi 2 kali sehari (per 12 jam). Jadi peneliti dalam memberikan terapi relaksasi musik klasik dilakukan 6 jam setelah pasien mengkonsumsi obat antihipertensi. Hal ini dimaksudkan agar peneliti mendapatkan hasil murni dari terapi relaksasi musik klasik, bukan dari hasil terapi obat antihipertensi.

Berdasarkan hasil analisis uji pengaruh pada penelitian ini ditemukan adanya pengaruh terapi musik klasik terhadap tekanan darah pasien hipertensi. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan rata-rata tekanan darah sebelum intervensi (*pre test*) yaitu nilai 3

(hipertensi tahap 1) dan rata-rata tekanan darah setelah intervensi (*post test*) yaitu nilai 2 (prehipertensi). Hal ini menunjukkan ada penurunan rata-rata nilai tekanan darah responden setelah diberikan intervensi terapi relaksasi musik klasik. Hasil analisis menggunakan *Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai signifikansi atau $p\text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$, artinya ada perbedaan tekanan darah antara sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi musik klasik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Prasetyo dan Burhanto (2021) tentang “Pengaruh Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara”. Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah responden sebelum dilakukan intervensi rata-rata 144/92 mmHg dan setelah dilakukan intervensi tekanan darah rata-rata sebesar 130/83. Hasil uji *Paired T Test* menunjukkan nilai $p\text{ value} + 0,000 < \alpha = 0,05$.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mahatidanar dan Nisa (2017) tentang “Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi”. Hasil penelitian didapatkan 28 sampel mengalami penurunan tekanan darah dan 4 sampel tidak mengalami penurunan tekanan darah. Hasil uji *t-test* dan *Wilcoxon* menunjukkan adanya pengaruh musik klasik yang signifikan terhadap penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi ($p = 0,000$).

Begitupun penelitian yang dilakukan oleh Aulia, Wijayanti dan Acang (2021) tentang “Efek Musik Sebagai Terapi Tambahan terhadap Pengendalian Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi”. Hasil telaah dan analisis dari enam artikel menyatakan pemberian musik selama 15–25 menit memengaruhi tekanan darah dan terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dengan setelah diberikan musik pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil yang penulis peroleh yang membuktikan bahwa ada pengaruh pemberian terapi relaksasi musik klasik terhadap tekanan darah pasien hipertensi.

Penulis berasumsi bahwa pemberian terapi relaksasi musik klasik pada pasien hipertensi yang dilakukan selama penelitian membuktikan bahwa terapi relaksasi musik klasik memang memiliki manfaat dalam mengatasi hipertensi. Selain itu keberhasilan tindakan ini didukung oleh sikap pasien yang sangat kooperatif saat dilakukan terapi. Adanya minat dan kepercayaan diri membuat proses terapi berjalan lancar. Pemberian terapi relaksasi musik klasik yang dilakukan selama 30 menit pada setiap pasien membuat pasien merasa nyaman dengan terapi tersebut, yang mana pada terapi relaksasi musik klasik ini diupayakan agar pasien menjadi rileks, menstimulasi persepsi kenyamanan pada tubuhnya yang mana hal ini akan menstimulasi pelepasan zat endorfin yang dapat mengurangi rasa nyeri di kepala, mengaktifasi kerja hormon parasimpatis sehingga merilekskan kerja pompa jantung dan tekanan darah menjadi turun.

Menurut Djohan tahun 2006 (dikutip dalam Sesriany dan Wulandari, 2018) bahwa manfaat terapi musik diantaranya mampu memberikan perasaan yang menyenangkan, mempengaruhi pernafasan, mempengaruhi denyut jantung, nadi, dan tekanan darah manusia, mempengaruhi suhu tubuh manusia, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, dan mengurangi rasa sakit / nyeri.

KESIMPULAN

Merujuk pada data yang diperoleh dari penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dengan intervensi terapi relaksasi musik klasik selama 30 menit dapat menurunkan jumlah responden yang mengalami hipertensi dengan perbedaan tekanan darah yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi musik klasik.

SARAN

Diperlukan penelitian dengan skala yang lebih besar dalam mengkaji pengaruh terapi musik klasik terhadap kondisi hipertensi ataupun kondisi penyakit lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiansyah. 2012. *Medikal Bedah Untuk Mahasiswa*. Yogyakarta. DIVA Press
- Chandra. 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan Kesehatan*. Jakarta : EGC
- Corwin, Elizabeth J. 2013. *Buku Saku Patofisiologi*, Alih Bahasa: Nike Budhi Subekti. Jakarta. EGC
- Djohan. 2016. *Terapi Musik, Teori Dan Aplikasi*. Yogyakarta : Galang Pres
- Finasari & Setyawan. 2014. *Perbedaan terapi musik klasik dan terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD DR. H. Soewondo Kendal*. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan (JIKK), Vol.1 No.1,h: 1–11
- Gilar dkk. 2014. *Perbedaan efektivitas terapi musik klasik dan terapi imajinasi terbimbing terhadap penurunan intensitas nyeri pasca bedah mayor abdomen di Rumah Sakit Santo Yusup Bandung*. Jurnal Ilmiah. Diakses pada tanggal 15 Januari 2022
- Gunawan L, 2012. *Hipertensi : Tekanan Darah Tinggi*. Kanisius. Yogyakarta
- Haryana. 2013. <http://dokter-medis.klasifikasi-hipertensi-WHO.com>. Diakses tanggal 12 Januari 2022
- Hidayat, Alimul A. 2012. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta. Salemba Medika
- Infodatin Kemenkes RI. 2019. *Hipertensi*. Jakarta Selatan. Kemenkes RI
- Istiqomah dan Soesanto. 2018. *Relaksasi dan Terapi Musik terhadap Tekanan Darah pada Hipertensi Lansia di Unit Rehabilitasi Sosial Pucang Gading Semarang*. Prosiding Seminar Nasional Mahasiswa Unimus, Vol. 1 No.2, h: 212-217
- Kemenkes RI. 2014. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Infodatin. (Hipertensi), h: 1–7
- Kusmiati. 2015. *Gambaran Profil Lipid pada Pasien yang Mengalami Hipertensi di Desa Setijaya Kota Tasikmalaya*. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada, Vol. 13 No.1, h: 14-19
- Martini dan Hudiyawati. 2020. *Pengaruh Pemberian Terapi Relaksasi Musik Klasik Terhadap Perubahan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi*. Jurnal URECOL Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, h: 328-336
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Edisi Revisi, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurarif dan Kusuma. 2016. *Asuhan Keperawatan Praktis, Berdasarkan Penerapan Diagnosis Nanda, NIC, NOC Dalam Berbagai Kasus Edisi Revisi Jilid 1*. Yogyakarta: MediAction
- Nugroho. 2012. *Farmakologi: Obat-obat Penting dalam Pembelajaran ilmu Farmasi dan Dunia Kesehatan*. Yogyakarta: pustaka Pelajar
- Rahmatika dan Arifatmi. 2018. *Pengaruh Pemberian Terapi Musik terhadap Nyeri Post Operasi Pasien Sectio Caesarea di Rumah Sakit Abdoel Madjid Batoe Muara Bulian*. Jurnal Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat UMS, h: 10-22
- Rifda. 2021. *Musik Klasik : Sejarah Perkembangan, Jenis, dan Manfaatnya*. <https://www.gramedia.com/literasi/author/rifda/>. Diakses tanggal 24 September 2022

- Sesriany dan Wulandari. 2018. *Terapi Musik Klasik (Alunan Piano) Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi*. Prosiding Seminar Kesehatan Perintis. Vol. 1 No. 1, h: 1-10
- Setiawan. 2015. *Hubungan antara Tingkat Stres dan Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Klinik Islamic Center Samarinda*. Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol. 5 No.1, h: 67–75
- Syahrial. 2019. *Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang*. Jurnal Keperawatan Indonesia, Vol. 7 No. 2, h: 475-483
- Soewadji. 2012. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Jakarta. Mitra Wacana Media
- Sulistyarini. 2013. *Terapi Relaksasi untuk Menurunkan Tekanan Darah dan Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi*. Jurnal Psikol. Vol.40 (No.1), h: 28–38.
- Supriadi & Hutabarat. 2015. *Pengaruh Terapi Musik Tradisional Kecapi Suling Sunda Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi*. Jurnal Skolastik Keperawatan. Vol.1 (No.2), h: 29–35
- Suryana. 2012. *Terapi Musik*. (Vol. 1-5). <http://books.google.co.id/>. Diakses tanggal 12 Januari 2022
- Suyono. 2014. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid 2, Edisi ke-3*. Jakarta: FK UI
- Triyanto. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Yanuar. 2015. *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Post Operasi Fraktur Di RSUD PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. Naskah Publikasi. Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta
- Yuhana. 2014. *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya*. Skripsi Sarjana. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya.