

PENERAPAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALIJATI KABUPATEN SUBANG

Adia Erlangga Putra Suharyadi¹, Yeanneke L. Tingungki², Yenny Makahaghi³

¹Program Studi D3 Keperawatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Subang

²³Program Studi D3 Keperawatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Nusa Utara

Email: Adyaerlanggaputra@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang telah berusia ≥ 60 tahun, kondisi lansia sering dikaitkan dengan hipertensi. Hipertensi merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang perlu diwaspadai dan harus mendapatkan penanganan segera, hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg dan diastolik sedikitnya 90 mmHg. Terapi musik merupakan salah satu non-farmakologis yang berdampak pada penurunan tekanan darah, dengan stimulasi beberapa irama yang di dengar, musik dapat menurunkan kadar kortisol yaitu hormon stress yang berkontribusi terhadap tekanan darah tinggi. **Tujuan:** untuk mengetahui apakah pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang. **Metode:** Metode penelitian yang digunakan di dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian Pra Eksperimen dengan One Group Pretest & Posttest. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 225 orang, untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 37 responden. Instrumen yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah lembar Standar Prosedur Operasional (SPO) pemberian terapi musik instrumental, lembar SPO pengukuran tekanan darah dan lembar observasi. **Hasil:** Hasil penelitian uji statistik non parametrik dengan uji Wilcoxon Sign Rank Test didapatkan hasil sebagai berikut: pada $\alpha 0.05$ diperoleh p value sebesar 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data awal yang menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti variabel yang lain.

Kata Kunci: Lansia, Hipertensi, Terapi Musik, Tekanan Darah

Received: Agustus 2024

Reviewed: Agustus 2024

Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Abstract

Background: Elderly (Elderly) is someone who has ≥ 60 years old, the condition of the elderly is often associated with hypertension. Hypertension is a Non-Communicable Disease (NCD) that needs to be watched out for and must be treated immediately, hypertension is an increase in systolic blood pressure of at least 140 mmHg and diastolic at least 90 mmHg. Music therapy is one of the non-pharmacological ones that has an impact on lowering blood pressure, with the stimulation of some of the rhythms heard, music can reduce cortisol levels, which is a stress hormone that contributes to high blood pressure. **Objective:** to find out whether the effect of instrumental music therapy on lowering blood pressure in the elderly with hypertension in the Working Area of the Kalijati Health Center, Subang Regency. **Method:** The research method used in this study is quantitative research using a Pre-Experiment research design with One Group Pretest & Posttest. The population in this study is 225 people, for sampling in this study using the Purposive Sampling technique, so the number of samples in this study is 37 respondents. The instruments used by the researchers in this study were the Standard Operating Procedure (SPO) sheet for the administration of instrumental music therapy, the SPO sheet for blood pressure measurement, and the observation sheet. **Results:** The results of the non-parametric statistical test with the Wilcoxon Sign Rank Test were obtained as follows: at $\alpha 0.05$, a p value of 0.000 was obtained. So it can be concluded that there is an effect of instrumental music therapy on reducing blood pressure in the elderly with hypertension in the elderly in the Working Area of the Kalijati Health Center, Subang Regency. This study is expected to provide preliminary data that will be the basis for future researchers to research other variables.

Keywords: Elderly, Hypertension, Music Therapy, Blood Pressure.

PENDAHULUAN

Lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang telah berusia ≥ 60 tahun, kondisi lansia sering dikaitkan dengan hipertensi, hipertensi merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang perlu Lanjut usia (Lansia) adalah seseorang yang telah berusia ≥ 60 tahun, kondisi lansia sering dikaitkan dengan hipertensi, hipertensi merupakan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang perlu diwaspadai dan harus mendapatkan penanganan segera, hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg dan diastolik sedikitnya 90 mmHg memasuki masa lansia sangat rentan terkena penyakit dan masalah kesehatan yang menyebabkan tingginya penyakit degeneratif salah satunya yaitu hipertensi, hipertensi menambah beban kerja jantung dan arteri apabila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah, hipertensi

sebagai salah satu penyakit yang sampai saat ini masih dijuluki sebagai The Sillent Killer karena gejala nya sulit dikenali bahkan sering tidak menunjukkan gejala dan tanpa keluhan, upaya untuk menurunkan tekanan darah pada lansia yaitu dengan memberikan terapi musik (Cahyanti & Hirmawati, 2021).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2017 mencatat bahwa prevalensi hipertensi tertinggi di dunia berada di afrika (46%) sedangkan prevalensi terendah ditemukan di negara amerika (35%), peningkatan yang cukup tinggi untuk penyakit hipertensi, menyebutkan hipertensi sebagai penyakit penyebab kematian no 3 setelah stroke dan tuberculosi, penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar jiwa yang terkena hipertensi, prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan hasil pengukuran penduduk pada usia lansia meningkat sebesar 34,1% dibandingkan dengan data riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8% (Yonata & Pratama, 2016). Data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO), prevalensi hipertensi sebanyak 1.13 miliar jiwa di dunia yang menderita penyakit hipertensi pada tahun 2018, setiap tahunnya ada 9,4 juta orang meninggal akibat penyakit hipertensi dan komplikasi (Nonasri, 2021).

Hal ini terlihat dari hasil pengukuran tekanan darah pada lansia ditemukan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 32.7%, dimana hanya 8% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi, fenomena ini disebabkan karena salah satunya perubahan gaya hidup masyarakat secara global, seperti pengurangan dalam mengontrol emosi sehingga menyebabkan stress dan tekanan pada darah yang menjadi tinggi hal ini terus meningkat sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi (Islani et al., 2021).

Prevalensi hipertensi di indonesia mencapai 31,7% dan populasi pada usia lansia 60 tahun ke atas. Sekitar 60% hipertensi berakhir pada stroke, sedangkan sisanya mengakibatkan gagal jantung, gagal ginjal, dan kebutaan. Penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar jiwa yang terkena hipertensi, prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan hasil pengukuran penduduk pada usia lansia meningkat sebesar 34,1% dibandingkan dengan data riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8% (Yonata & Pratama, 2016).

Prevalensi kejadian hipertensi provinsi jawa barat menduduki posisi ke 2 tertinggi setelah kalimantan dengan penderita 39,60% proporsi hipertensi berdasarkan pengukuran kelompok umur. Pada usia 55 tahun hingga 75 tahun banyak yang mengidap hipertensi. Secara fisiologis semakin tinggi umur semakin tinggi juga beresiko mengidap hipertensi, berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (2019), angka hipertensi di Jawa Barat mencapai 40%, data dinas kesehatan Kabupaten Subang mencatat angka kejadian hipertensi pada Pria 1.675 Wanita 3.687 orang dan lansia sebesar 4,7%. Data dari Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang pada 19 Januari 2024 didapatkan data lansia hipertensi pada tahun 2023 berjumlah 225 orang dengan rincian yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 125 dan laki-laki sebanyak 100 orang dan menjadikan Puskesmas Kalijati termasuk ke 3 besar dalam kasus hipertensi di Kabupaten Subang. Survei pendahuluan di Puskesmas Kalijati bahwa peningkatan hipertensi setiap tahunnya disebabkan karena pola makan, pola hidup, stress serta adanya riwayat penyakit turunan sehingga angka kejadian hipertensi meningkat. Oleh karena itu hal tersebut

menggambarkan penyakit hipertensi sifatnya akut yang dipengaruhi oleh pola makan dan pola hidup masyarakat (Indriani, 2021).

Musik adalah bagian dari budaya sejak masa lalu sampai saat ini, musik diketahui mempunyai peran dalam mempengaruhi dan membentuk respon sosial dalam konteks yang berbeda-beda, seperti kegiatan ritual, sosial dan upacara politik, secara tradisional musik dianggap berdampak terhadap respon fisik dan emosional, dalam dunia kesehatan musik digunakan untuk penanganan pasien berbagai usia dari bayi, anak-anak, dewasa dan lanjut usia dalam membantu menimbulkan rasa rileks, campbell menyatakan musik mampu menjernihkan pikiran dan bunyi musik mampu mempengaruhi kesehatan, kesadaran, dan tingkah laku sehari-hari, musik juga merupakan stimulus yang unik yang dapat mempengaruhi respon fisik dan psikologi pendengar serta merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan relaksasi fisiologis, yang diindikasikan penurunan tekanan dan respirasi (Yulastari et al., 2019).

Dalam hal penurunan tekanan darah, diduga bahwa konsentrasi katekolamin plasma mempengaruhi pengaktifan simpato adrenergik dan menyebabkan terjadinya pelepasan hormon-hormon stress, mendengarkan musik dengan irama lambat akan mengurangi pelepasan katekolamin kedalam pembuluh darah, sehingga konsentrasi katekolamin dalam plasma menjadi rendah, hal ini mengakibatkan tubuh mengalami rileksasi, denyut jantung berkurang dan tekanan darah menjadi menurun, terapi musik merupakan salah satu non-farmakologis yang berdampak pada penurunan tekanan darah, dengan stimulasi beberapa irama yang di dengar, musik dapat menurunkan kadar kortisol yaitu hormon stress yang berkontribusi terhadap tekanan darah tinggi, serta memperbaiki lapisan dalam pembuluh darah yang menyebabkan pembuluh darah dapat meregang sebesar 30%, musik juga mempengaruhi system saraf parasimpatis yang meregangkan tubuh dan memperlambat denyut jantung, serta memberikan efek rileks (Yulastari et al., 2019).

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang. terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan di dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian Pra Eksperimen dengan One Group Pretest & Posttest. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 225 orang, untuk pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik Purposive Sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 37 responden. Instrumen yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah lembar Standar Prosedur Operasional (SPO) pemberian terapi musik instrumental, lembar SPO pengukuran tekanan darah dan lembar observasi.

Sampel dilakukan pengukuran tekanan darah setiap kali pertemuan sebelum maupun setelah pemberian terapi musik instrumental, pertemuan hanya satu kali dalam seminggu selama 2 bulan, kemudian hasil dari pengukuran tekanan darah tersebut dicatat dalam lembar pengumpulan tekanan darah setiap responden. Waktu penelitian ini dilakukan dimulai pada

bulan Desember 2023 sampai bulan Juni 2024. Analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat dengan uji Wilcoxon Sign Rank Test dengan nilai p-value <0,05. Penelitian ini telah menjalani proses uji etik dan mendapatkan izin dari Komisi Etik Fakultas Farmasi Universitas YPIB dengan No. persetujuan etik 156/KEPK/EC/V/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia		
55-57 Tahun	15	40,5
58-60 Tahun	13	35,2
61-63 Tahun	5	13,5
64-65 Tahun	4	10,8
Total	37	100
Jenis kelamin		
Laki-laki	7	18,9
Perempuan	30	81,1
Total	37	100
Pekerjaan		
Pedagang	5	13,5
IRT	25	67,6
Petani	3	8,1
Pensiunan	2	5,4
Peternak	1	2,7
Guru	1	2,7
Total	37	100

Berdasarkan tabel 1. Mayoritas responden berusia 55-57 Tahun sebanyak 15 responden (40,5%), berjenis kelamin Perempuan sebanyak 30 responden (81,9%) dan bekerja sebagai IRT sebanyak 25 responden (67,6%).

Tabel 2. Nilai Tekanan Darah Pre Test dan Post Test Intervensi Terapi Musik Instrumental Pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang

Variabel	N	Mean	SD	Min_Max
Sistol Pre Test	37	151.97	6.926	142-162
Diastol Pre Test	37	93.00	2.427	90-98
Sistol Post Test	37	146.57	5.895	155-162
Diastol Post Test	37	89.97	2.500	96-98

Berdasarkan tabel 2 dari 37 responden yang telah diteliti, maka didapatkan hasil rata-rata tekanan darah sistol sebelum pemberian terapi musik instrumental yaitu 151.97 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastol pre test 93.00 mmHg. Sedangkan hasil rata rata sistol post test 146.57 mmHg dan rata rata diastol post test adalah 89.97 mmHg.

Tabel 3. Hasil Uji Statistik Non Parametrik Penerapan Terapi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Subang

	Hasil TD Pre Test	Hasil TD Post Test
Z	-5.255 ^b	-5.286 ^b
Asymp. Sig. (2-Tailed)	.000	.000

a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon signed rank test

Berdasarkan tabel 3. diatas dikatakan diterima jika nilai asymp sig.<0.05 dapat dilihat bahwa uji Wilcoxon memiliki sig adalah 0.000 sehingga hipotesis diterima. Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian terapi musik instrumental pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang.

Hasil penellitian didapatkan hasil dari 37 responden didapatkan hasil rata-rata tekanan darah sistol sebelum pemberian terapi musik instrumental yaitu 151.97 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastol pre test 93.00 mmHg. Peneliti berpendapat bahwa seseorang yang memasuki usia yang mendekati siklus sampai akhir kehidupan pada masa ini mengalami perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk sel-sel dan jaringan yang mengalami penurunan kapasitas fungsional jantung, pembuluh darah, paru-paru, syaraf dan jaringan tubuh lainnya. Perubahan pada system kardiovaskuler, massa jantung bertambah, ventrikel-ventrikel hipertropi sehingga peregangan jantung berkurang, kondisi ini disebabkan penumpukan lipofusin sehingga jaringan konduksi menjadi jaringan ikat, yang mengakibatkan peredaran darah terganggu. Dengan kemampuan regeneratifnya yang terbatas mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit salah satunya penyakit hipertensi (Novitaningtyas, 2014).

Hasil penelitian didapatkan hasil rata rata sistol post test 146.57 mmHg dan rata rata diastol post test adalah 89.97 mmHg. Peneliti berpendapat bahwa musik bisa menjadikan badan, pikiran dan mental menjadi sehat. Sedangkan musik instrumental bermanfaat membuat seseorang menjadi rileks, menimbulkan rasa nyaman, melepas rasa sedih dengan kegembiraan, menurunkan tingkat stress, melepaskan rasa sakit. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Tangahu (2015) yang menyatakan bahwa tekanan darah responden sebelum diberikan terapi musik klasik pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolango yang paling banyak diderita oleh lansia yaitu hipertensi derajat III (43,3%) dan sesudah diberikan terapi musik klasik berubah menjadi hipertensi derajat I (53,3%).

Dari hasil penelitian dilapangan ditemukan hampir seluruhnya responden berusia 55-65 tahun sebelum dilakukan terapi musik instrumental mengalami hipertensi stadium II dan berubah menjadi hipertensi stadium I setelah diberikan terapi musik instrumental. Dari hasil uji statistik Wilcoxon Test diperoleh angka signifikan atau nilai P Value = 0,000 yang berarti < (0,05),

maka Ha diterima yang berarti ada pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang. Musik instrumental memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang, musik dapat meningkatkan, memulihkan dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Musik memiliki pengaruh besar terhadap pikiran. Hal ini terbukti dari efek yang tercipta dari musik tersebut, ada musik membuat gembira, sedih, terharu, terasa sunyi, mengingat masa lalu, meningkatkan konsentrasi. Dalam penelitian ini menggunakan terapi musik instrumental, karena musik ini memiliki magnetude yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut, memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan dan membuat pendengarnya lebih rileks.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan rata-rata responden sebelum dilakukan terapi musik instrumental mengalami hipertensi stadium II dan berubah menjadi hipertensi stadium I setelah diberikan terapi musik instrumental. Dari hasil uji statistik Wilcoxon Test diperoleh angka signifikan atau nilai P Value = 0,000 yang berarti $< (0,05)$, maka Ha diterima yang berarti ada pengaruh terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kalijati Kabupaten Subang.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyanti, L., & Hirmawati, E. R. (2021). Terapi Musik Instrumental Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 8(2), 202–214. <https://jprokep.jurnal.centamaku.ac.id/index.php/jpk/article/viewfile/107/126>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2018*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Indriani, S. (2021). Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Lansia Dengan Riwayat Hipertensi Mengenai Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi. *Journal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 39–50. <https://jurnalkesmas.ui.ac.id/pengmas/article/download/5754/1324>
- Islani, G. U. Y., Harun, O., & Barus, S. U. (2021). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur : Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, Dan Kebidanan*, 14(2), 465–469. <https://doi.org/10.62817/jkbl.v14i2.140>
- Nonasri, G. F. (2021). Karakteristik Dan Perilaku Mencari Pengobatan Pada Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal Of Nursing And Health Sciences*, 2(1), 25–34. <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/153/96>
- Novitaningtyas, T. (2014). *Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Katasura Kabupaten Sukoharjo* [Universitas Muhamadiyah Surakarta]. https://eprints.ums.ac.id/29084/1/03._Halaman_Depan.pdf
- Tangahu. (2015). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Pada Penyakit Hipertensi : Sebuah Studi Literature. *Jurnal Medika Utama*, 3(1), 1260–1265. <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/263>

- Yonata, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi Sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17–21.
- Yulastari, P. R., Betriana, F., & Kartika, I. R. (2019). Terapi Musik Untuk Pasien Hipertensi : A Literatur Review. *REAL In Nursing Journal*, 2(2), 56. <https://doi.org/10.32883/Rnj.V2i2.436>