

PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI KELURAHAN SIMPANG RUMBIO WILAYAH KERJA PUSKESMAS KTK KOTA SOLOK

Netty Herawati, Kurniati Maya Sari.,WD, dan Armanda Tri MurtiNingsih
Akademi Keperawatan YPTK Solok Email : netty261075@gmail.com

Abstract

Old age is the age at which risk of degenerative diseases such as hypertension. Hypertensive disease if not treated immediately can be fatal to the sufferer, one of the efforts to lower blood pressure in people with hypertension by doing music therapy. Music is able to clear the mind and the sound of music is able to create physical forms that affect our health, awareness, and everyday behavior. The power of music that is a powerful source of emotional healing to ward off negative forces and increase positive power. The purpose of this research is to know the blood pressure before and after being given music therapy in elderly with hypertension in Working Area of Puskesmas KTK Kota Solok. This research design is quasi experiment with One group pretest post test design with 18 samples with Purposive sampling technique. The result showed that the difference of blood pressure before and after classical music therapy in elderly with mild hypertension was obtained p -value = 0,001 ($<0,05$), in elderly with moderate hypertension, p -value = 0,023 ($<0,05$). This number indicates that there is influence between systolic blood pressure before and after classical music therapy whereas in severe hypertension we get p -value = 0,175 ($>0,05$). This figure shows that there is no influence between systolic blood pressure before and after classical music therapy.

Keywords :music therapy, elderly, hypertension, blood pressure.

PENDAHULUAN

Angka harapan hidup merupakan salah satu indikator atau penilaian derajat kesehatan suatu Negara dan digunakan sebagai acuan dalam perencanaan program kesehatan.(Pujiasuti,2013).Seiring dengan pertambahan usia terjadinya perubahan-perubahan secara fisiologis pada lansia yang disertai dengan munculnya berbagai masalah kesehatan yang menyebabkan tingginya penyakit degeneratif, penyakit ini membawa konsekuensi terhadap perubahan dan gangguan pada system kardio vaskuler antara lain penyakit hipertensi(Darmojo,2009).

Penyakit hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah diatas normal, jika hipertensi ini terjadi secara terus menerus menyebabkan meningkatnya resiko terhadap stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan gagal ginjal kronik(Puspitorini, 2009). Penyakit hipertensi salah satu penyakit paling mematikan di dunia, sebanyak 1 miliar orang di dunia atau 1 dari 4 orang dewasa menderita penyakit hipertensi dan diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 milyar menjelang tahun 2025(Pudiastuti, 2013)

Berdasarkan Riskesda, 2010 (dalam Triyanto,2014) prevelensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7% dari populasi populasi usia 18t ahun keatas, sedangkan di Sumatera Barat tahun 2013 pada umur \geq 18 tahun sebesar 22,6%, Kota Solok pada tahun 2015, lansia hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas KTK sebanyak 231 orang,

sedangkan pada bulan Januari-April 2016 sebanyak 108 orang.

Penyakit hipertensi jika tidak segera diatasi dapat berakibat fatal terhadap penderitanya, maka perlu dilakukan piñata laksanaan penyakit hipertensi, baik secara terapi farmakologi maupun secara non farmakologi. Dalam terapi farmakologi beberapa obat golongan beta-blocker dapat menimbulkan efek samping (Puspitarini, 2009).Sejauh penggunaan obat farmakologi memberikan efek samping perlu di upayakan penatalaksanaan secara non farmakologi seperti mengatur pola hidup sehat dan merubah gaya hidup serta menciptakan keadaan rileks dapat dilakukan seperti terapi musik.

Terapi music memanfaatkan kekuatan music untuk membantuk lien menata dirinya sehingga mereka mampu mencari jalan keluar, mengalami perubahan dan akhirnya sembuh dari gangguan yang di deritanya, (Djohan, 2006).Sebuah penelitian *American Heart Association*, 2008 dalam Sarayar(2013) yang dipresentasikan pada konferensitahun ke-62, mengemukakan bahwa mendengarkan music klasik selama 30 menit sehari terbukti dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

Berdasarkan uraian diatas, untuk mengatasi masalah kesehatannya dengan melakukan pengobatan atau terapi non farmakologi.Untuk itu penulis tertarik meneliti “Pengaruh terapi music terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok tahun 2016.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan *desain quasi eksperiment* dengan rancangan penelitian *One group pretest post test design*, yaitu jenis penelitian eksperimen, dimana observasi dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum (*pretest*) dan sesudah (*post test*). Penelitian ini mengungkap hubungan sebab akibat dengan cara melibat satu kelompok subjek, kelompok subjek diobservasi sebelum di intervensi, kemudian dilakukan intervensi dan diobservasi lagi setelah di intervensi. Variabel *Independent* pada penelitian ini yaitu Terapi musik dan variabel *Dependent* yaitu tekanan darah. Teknik analisa data yang dilakukan analisa univariat dan bivariat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian tentang pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok

Hasil

1. Analisa Univariat

Analisa univariat dimaksud untuk menggambarkan kondisi variabel yang dibahas, setelah data terkumpul, kemudian data diolah menggunakan sistem komputersasi. Data yang terkumpul adalah tekanan darah sistolik sebelum dan tekanan darah sistolik setelah intervensi terapi musik klasik. Untuk melihat perbedaan antara tekanan darah sistolik lansia dengan hipertensi sebelum dan setelah intervensi terapi musik klasik, data disajikan dalam tabel dibawah ini :

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Hipertensi Ringan Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi Musik Klasik di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017

No Responden	Tekanan Darah Sistole Sebelum Intervensi	Tekanan Darah Sistole Setelah Intervensi
1	147	143
2	142	136
3	143	141
4	145	140
5	140	135
6	151	145
Nilai Maks	151	145
Nilai Min	140	135
Median	144,00	140,50
Mean	144.67	140,00
SD	3.933	3,899

Berdasarkan Tabel 1 diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi musik klasik adalah 144.67 mmHg, setelah intervensi 140,00 mmhg dengan standar deviasi sebelum terapi musik 3.933, setelah intervensi 3,899 dan nilai median sebelum intervensi 144,00, setelah intervensi 140,50. Tekanan darah sistolik terendah sebelum intervensi adalah 140 mmhg dan tekanan darah sistolik tertinggi 151, setelah intervensi tekanan darah sistole terendah 135 mmhg dan tertinggi 145 mmHg.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Hipertensi Sedang Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi Musik Klasik di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017

No Responden	Tekanan Darah Sistole Sebelum Intervensi	Tekanan Darah Sistole Setelah Intervensi
1	170	167
2	160	158
3	170	168
4	160	158
5	161	158
6	163	161
Nilai Maks	170	168
Nilai Min	160	158
Median	162,00	159.50
Mean	164,00	161,67
SD	4,775	4,676

Berdasarkan Tabel 2 diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi

musik klasik adalah 164,00 mmHg, setelah intervensi 161,67 mmhg dengan standar deviasi sebelum terapi musik 4,775, setelah intervensi 4,676 dan nilai median sebelum intervensi 162,00 , setelah intervensi 159.50. Tekanan darah sistolik terendah sebelum intervensi adalah 160 mmhg dan tekanan darah sistolik tertinggi 170 , setelah intervensi tekanan darah sistole terendah 158 mmhg dan tertinggi 168 mmhg.

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Hipertensi Berat Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Terapi Musik Klasik di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017

No Responden	Tekanan Darah Sistole Sebelum Intervensi	Tekanan Darah Sistole Setelah Intervensi
1	182	182
2	180	179
3	181	181
4	180	180
5	181	180
6	183	183
Nilai Maks	183	183
Nilai Min	180	179
Median	181,00	180,50
Mean	181,17	180,03
SD	1,169	1,472

Berdasarkan Tabel 3 diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi musik klasik adalah 181,17 mmHg, setelah intervensi 180,03 mmhg dengan standar deviasi sebelum terapi musik 1,169, setelah intervensi 1,472 dan nilai median sebelum intervensi 181,00, setelah intervensi 180,50. Tekanan darah sistolik terendah sebelum intervensi adalah 180 mmhg dan tekanan darah sistolik tertinggi 183 , setelah intervensi tekanan darah sistole terendah 179 mmhg dan tertinggi 183 mmhg.

2 Analisa Bivariat

Analisa bivariat bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia dengan hipertensi. Menganalisis penurunan tekanan darah (pre-post) intervensi, serta mengetahui perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan setelah dilakukan terapi musik klasik. Analisa data menggunakan *Uji Paired T Test dan Wilcoxon*

Tabel 4
Perbedaan Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Setelah Terapi Musik Klasik Pada Hipertensi Ringan di Kelurahan Simpang Rumbio

Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017

Variabel	Mean	SD	SE	P Value	n
TD Sistole Sebelum	144,67	3,933	1,606	0,001	6
TD Sistole Setelah	140,00	3,899	1,592		

Berdasarkan Tabel 4 dapat diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi musik klasik adalah 144,67 mmHg dengan standar deviasi 3,933. Setelah terapi musik klasik terjadi penurunan tekanan darah sistolik dimana rata-rata tekanan darah sistolik menjadi 140,00 mmHg dengan standar deviasi 3,899. Dan perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah terapi musik klasik pada lansia hipertensi didapatkan nilai $p\text{-value}=0,001(<0,05)$. Angka ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara tekanan darah sistolik sebelum dan setelah terapi musik klasik.

Tabel 5
Perbedaan Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Setelah Terapi
Musik Klasik Pada Hipertensi Sedang di Kelurahan Simpang Rumbio
Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017

Variabel	Mean Rank	Z Hitung	P Value	n
TD Sistole Sebelum	0,00	0,00	0,023	6
TD Sistole Setelah	3,50	21,00		

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui rata-rata rank tekanan darah sistolik sebelum terapi musik klasik adalah 0.00 mmHg dengan Z hitung 0,00, Setelah terapi musik klasik dimana rata-rata tekanan darah sistolik dengan rata-rata rank 3,50 mmHg dengan Z hitung 21,00. Dan nilai $p\text{-value}=0,023(<0,055)$. Angka ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara tekanan darah sistolik sebelum dan setelah terapi musik klasik.

Tabel 6
Perbedaan Tekanan Darah Sistolik Sebelum dan Setelah Terapi
Musik Klasik Pada Hipertensi Berat di Kelurahan Simpang Rumbio
Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017

Variabel	Mean	SD	SE	P Value	n
TD Sistole Sebelum	181,17	1,169	0,477	0,175	6
TD Sistole Setelah	180,83	1.472	0.601		

Berdasarkan Tabel 6 dapat diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebelum terapi musik klasik adalah 181,17 mmHg dengan standar deviasi 1,169. Setelah terapi musik klasik terjadi penurunan tekanan darah sistolik dimana rata-rata tekanan darah sistolik menjadi 180,83 mmHg dengan standar deviasi 1.472. Dan perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah terapi musik klasik pada lansia hipertensi didapatkan nilai $p\text{-value}=0,175(>0,05)$. Angka ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara tekanan darah sistolik sebelum dan setelah terapi musik klasik.

B. Pembahasan

1). Pengaruh Tekanan Darah Lansia Hipertensi Sebelum Dan Setelah Terapi Musik Klasik

Berdasarkan hasil uji statistik terhadap pelaksanaan terapi musik klasik pada responden dengan hipertensi ringan di dapatkan nilai $p\text{-value}=0,001(<0,05)$ yang berarti ada pengaruh terhadap penurunan tekanan darah sebelum dan setelah terapi musik klasik, sedangkan pada hipertensi sedang didapatkan hasil uji statistik terhadap pelaksanaan terapi musik klasik dengan nilai $p\text{-value}=0,023(<0,05)$ berarti adanya pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah, dan pada responden dengan hipertensi berat dimana didapatkan hasil uji statistik terhadap pelaksanaan terapi musik klasik dengan nilai $p\text{-value}=0,175(>0,05)$ yang artinya tidak terdapat pengaruh terhadap penurunan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik.

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik mempunyai pengaruh terhadap penurunan tekanan darah sedangkan pada hipertensi berat tidak terdapat pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil penelitian Rini Fahriani, dkk (2015), tentang Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tekanan Darah pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolangodi dapatkan hasil secara statistik dengan $p = 0,001$ artinya adanya pengaruh terapi musik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Bone Bolango.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Diyono, dkk (2015) tentang Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah sistolik pada Lansia di Desa Tarama Sragen Jawa tengah, dari hasil uji statistik dengan *Paired T-Tes* menunjukkan bahwa terapi musik berpengaruh menunjukkan responden setelah diberi terapi musik klasik mengalami penurunan tekanan darah pada hipertensi ringan, sedang dengan $p = 0,000$. Berdasarkan teori musik merupakan stimulus yang unik yang dapat mempengaruhi respon fisik dan psikologi pendengar serta merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan relaksasi fisiologis (yang diindikasikan dengan penurunan nadi, respirasi dan tekanan darah) (Triyanto, 2014 : 26).

Terapi musik merupakan teknik yang sangat mudah dilaksanakan, efeknya menunjukkan bahwa musik dapat mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks pada diri seseorang karena dapat merangsang pengeluaran endorphin dan serotonin, yang dapat membuat tubuh merasa lebih rileks pada seseorang yang mengalami stress (Djohan, 2006).

Musik klasik digunakan pada terapi musik yang dapat menurunkan tekanan darah karena musik klasik bersifat rileks dengan tempo atau irama pelan. Pada musik klasik, irama yang dihasilkan memiliki tempo 60 ketukan permenit. Saat pasien hipertensi di dengarkan musik klasik dengan irama yang teratur dan terus menerus, maka denyut jantung pasien akan mengikuti irama musik tersebut yang diharapkan pada denyut jantung pasien lebih terkendali. Menurut asumsi peneliti, adanya penurunan tekanan darah sistolik pada responden hal ini dikarenakan saat mendengarkan musik klasik dapat mengurangi ketegangan-ketengangan pada aspek fisik, motorik, emosional dan mental, serta musik mampu menyernihkan pikiran. Terapi musik klasik merupakan suatu usaha berupa bantuan dari suatu proses terencana dengan menggunakan musik sebagai media penyembuhan bagi para lansia dengan hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan hal berikut ini:

1. Perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah terapi musik klasik pada lansia dengan hipertensi ringan didapatkan nilai $p\text{-value}=0,001(<0,05)$. Angka ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara tekanan darah sistolik sebelum dan setelah terapi musik klasik di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017
2. Rata-rata tekanan darah sistolik dengan rata-rata rank 3,50 mmHg dengan Z hitung 21,00 pada lansia dengan hipertensi sedang, didapatkan nilai $p\text{-value}=0,023(<0,05)$. Angka ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara tekanan darah sistolik sebelum dan setelah terapi musik klasik di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok Tahun 2017
3. Perbedaan tekanan darah sebelum dan setelah terapi musik klasik pada lansia hipertensi berat didapatkan nilai $p\text{-value}=0,175(>0,05)$. Angka ini menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara tekanan darah sistolik sebelum dan setelah terapi musik klasik.

Saran

1. Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan dapat disarankan lebih baik jika menggunakan rancangan kelompok kontrol sehingga penurunan tekanan darah sistole dapat lebih terlihat. Serta memperhatikan faktor pegganggu dari peningkatan tekanan darah sehingga hasilnya lebih tepat.
2. Diharapkan dapat digunakan untuk aplikasi sebagai salah satu tindakan untuk menurunkan tekanan darah dalam memberikan asuhan keperawatan serta melatih kader-kader posyandu lansia dalam memberikan terapi musik untuk menurunkan tekanan darah.

Ucapan Terima Kasih

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karuniaNya

serta salawat beriring salam kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, sehingga dapat menyelesaikan penelitian Hibah Dosen. Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang sudah membantu di lapangan dan kepada Kemetrian Riset Teknologi dan Pendidikan Tinggi (RISTEKDIKTI) yang membayai.

DAFTAR PUSTAKA

- Aizid, Rizem. 2011. *Sehat dan cerdas dengan terapi musik*. Yogyakarta: Laksana
- Dahlan, S. (2012). *Statistik untuk Kedokteran dan kesehatan*. Jakarta : Salemba
- DarmojoBoedhi. & Martono, H. 2009. *Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Edisi 3. Jakarta. Balai Penerbit : FKUI.
- Diyono, dkk (2015), *Efek terapi musik untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Taraman Stragen Jawa Tengah*. www.ejurnal.akperpartikosala.ac.id/index/php/jik/
- Djohan. 2006. *Terapi Musik; Teori dan Aplikasi*, Yogyakarta : Galangpress
- Fahriani, Rini, dkk (2015) *Pengaruh Terapi Musik Klasik terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia di wilayah Kerja Puskesmas Kabila Kabupaten Bone Bolange*. www.eprints.ung.ac.id
- Fatimah. 2010. *Merawat Manusia Lanjut Usia*. Jakarta: EGC.
- Madiyono.B& Sastroasmoro. 2010. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Sagung Seto
- Maryam, R Siti. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika
- Pudiasuti, RatnaDewi, 2013. *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Yogyakarta: Nuamedika
- Puspitorini, Myra. 2009. *Cara Mudah Mengatasi Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta
- Rusli. 2009. *Awas atau Bisa Mati Cepat Akibat Hipertensi dan Diabetes*. Yogyakarta : Power Books.
- Sarayar. C. Mulyadi & Palandeg, H. 2013. *Pengaruh Musik Klasik terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Pra Hemodialisa*. Manado. FKUR
- Triyanto, Endang. 2014. *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Widyanto, Faisalado Candra. 2013. *Trend Disease*. Jakarta: Trans Info Media
- Widjaja, Rafelina. 2009. *Tindakan, Pencegahan dan **Pengobatan** Secara Medis Maupun Tradisional*. Jakarta : Bee Media Indonesia.