

## PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI DI KELURAHAN SUNGAI ENAM KIJANG

MARINA<sup>1</sup>, HOTMARIA JULIA<sup>2</sup>, YUSNAINI SIAGIAN<sup>3</sup>, LIZA WATI<sup>4</sup>

STIKES Hang Tuah Tanjungpinang  
[marinaririn77@gmail.com](mailto:marinaririn77@gmail.com)

### ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikontrol. Terapi non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah, salah satu terapi non farmakologi yaitu menggunakan terapi musik klasik *mozart*. Mendengarkan musik dengan irama lambat akan mengurangi pelepasan katekolamin kedalam pembuluh darah, sehingga konsentrasi katekolamin dalam plasma menjadi rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang. Desain penelitian *pre eksperimental design* dengan *one grup pretest-posttest desain*. Jumlah sampel 20 responden dengan teknik *purposive sampling*. Alat pengumpul data dengan menggunakan lembar observasi dan alat ukur tekanan darah. Analisa data menggunakan *wilcoxon sign rank test* dengan signifikansi  $\leq 0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* menunjukkan kategori ringan sebanyak 14 orang (70%), sedangkan sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* adalah normal 3 responden (21,4%), normal tinggi 3 responden (21,4%), ringan 7 responden (50%), sedang 1 responden (7,1%). Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* yang menunjukkan kategori sedang 4 responden (20%), sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* menjadi ringan 3 responden (75%) dan sedang 1 responden (25%). Hasil uji *wilcoxon sign rank test nilai p value = 0,008* ( $\leq 0,05$ ), bahwa ada pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang. Diharapkan petugas kesehatan mampu mengoptimalkan terapi musik klasik sebagai salah satu terapi komplementer untuk mengatasi penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan cara memutar lagu-lagu klasik di ruang tunggu pasien

**Kata Kunci:** Tekanan Darah, Terapi Musik Klasik *Mozart*, Hipertensi

### ABSTRACT

Hypertension is a disease that cannot be cured but can be controlled. Non-pharmacological therapy is used to lower blood pressure, one of the non-pharmacological therapies is using Mozart classical music therapy. Listening to music with a slow rhythm will reduce the release of catecholamines into the blood vessels, so that the concentration of catecholamines in plasma is low. This study aims to determine the effect of Mozart classical music therapy on blood pressure of hypertensive patients in Sungai Enam Kijang Village. The research design was pre-experimental design with one group pretest-posttest design. The number of samples is 20 respondents with purposive sampling technique. Data collection tools using observation sheets and blood pressure measuring devices. Data analysis used the Wilcoxon sign rank test with a significance of 0.05. The results showed that blood pressure before being given Mozart classical music therapy showed a mild category as many as 14 people (70%), while after giving Mozart classical music therapy was normal 3 respondents (21.4%), high normal 3 respondents (21.4%), mild 7 respondents (50%), moderate 1 respondent (7.1%). Blood pressure before being given Mozart classical music therapy showed a moderate category of 4 respondents (20%), after being given Mozart classical music therapy it became mild 3 respondents (21.4%) and 1 respondent (7.1%). The results of the Wilcoxon sign rank test,  $p$  value = 0.008 ( $\leq 0.05$ ), that there is an effect of Mozart classical music therapy on the blood pressure of hypertension sufferers in

Sungai Enam Kijang Village. It is hoped that health workers will be able to optimize classical music therapy as a complementary therapy to reduce blood pressure in patients with hypertension by playing classical songs in the patient's waiting room

**Keywords:** Blood Pressure Mozart Classical Music Therapy Hypertension

## PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif merupakan penyakit kronik menahun yang banyak mempengaruhi kualitas hidup serta produktivitas seseorang. Ada banyak penyakit degeneratif yang terkait dengan penuaan, atau memburuk selama proses penuaan. Hingga akhir tahun 2005 saja penyakit degeneratif telah menyebabkan kematian hampir 17 juta orang di seluruh dunia (Suiraoaka, 2012) Jumlah ini menempatkan penyakit degeneratif menjadi penyakit pembunuh manusia terbesar. Penyakit- penyakit degeneratif tersebut antara lain penyakit kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah) termasuk hipertensi, diabetes mellitus dan kanker (Smeltzer, S. C & Barre, 2017).

Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang penting dan menjadi salah satu prioritas masalah kesehatan di Indonesia maupun di seluruh dunia. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung kronik dalam jangka panjang akan menyebabkan terjadinya gangguan kardiovaskuler. Berdasarkan profil kesehatan Kabupaten Bintan tahun 2018 jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Kijang sebanyak 1.626 orang (43,62%), tahun 2019 Pasien Hipertensi dengan jumlah 2.640 orang (33,2%), sedangkan tahun 2020, prevalensi hipertensi tertinggi berada di Kecamatan Bintan Timur yaitu Puskesmas Kijang dengan jumlah 2.467 orang (32,5%) dan Puskesmas Sei Lekop berjumlah 1.044 orang (28,5%). Hal ini dikarenakan puskesmas kijang memiliki wilayah pesisir sehingga banyak mengkonsumsi natrium. Kemudian kecamatan Toapaya yaitu Puskesmas Toapaya dengan jumlah 1.918 orang (52,7%) (Profil Kesehatan Kabupaten Bintan, 2020). Persebaran penduduk di wilayah pesisir yang luas dapat berdampak terhadap permasalahan kesehatan, salah satunya adalah hipertensi. Beberapa penelitian di dunia menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di wilayah pesisir cukup tinggi, angka tersebut mendekati bahkan melebihi angka pada wilayah dengan prevalensi tertinggi di dunia (46%) (Kantha & Indira, 2014).

Menurut Masyati (2018) Tekanan darah yang terlampaui tinggi membuat jantung memompa lebih keras yang akhirnya mengakibatkan gagal jantung (*decompensatio*), serangan otak (*stroke*), infark jantung (*myocard infarction*) dan cacat pada ginjal serta pembuluh darah. Pengobatan pada hipertensi bertujuan untuk mengurangi morbiditas dan mortalitas dan mengontrol tekanan darah. Pengobatan hipertensi bisa dilakukan menggunakan 2 cara, yang pertama yaitu pengobatan farmakologi & pengobatan non-farmakologi. Melalui pengobatan farmakologi penderita bisa memakai obat-obatan antihipertensi, (Hidayah et al., 2018). Pada penanganan farmakologi hipertensi diperlukannya obat anti hipertensi yang dikonsumsi seumur hidup. Hal ini menimbulkan efek samping yaitu mual, muntah, pusing, takikardi dan palpitasi yang berbahaya pada tubuh (Kandarini, 2017). Sehingga banyak orang yang menggunakan terapi non farmakologi daripada terapi farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah yaitu menggunakan terapi musik klasik *mozart* (Aini, N dkk, 2017).

Musik klasik seringkali menjadi acuan terapi musik, karena memiliki rentan nada yang luas dan tempo yang dinamis (Nurrahmani, 2012). Musik klasik juga berfungsi mengatur hormon-hormon yang berhubungan dengan stress antara lain ACHT, Prolaktin dan hormon pertumbuhan serta dapat meningkatkan kadar endorfin sehingga dapat mengurangi nyeri (Chambell, 2011). Selain itu pula alunan musik dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul nitric oxide (NO) dimana molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah yang dapat menurunkan tekanan darah (Afandi, 2015). Pada penurunan

tekanan darah, diduga bahwa konsentrasi katekolamin plasma mempengaruhi pengaktifan *simpato adrenergic* dan menyebabkan terjadinya pelepasan hormon-hormon stress (Supriadi & Hutabarat, 2015). Mendengarkan musik dengan irama lambat akan mengurangi pelepasan katekolamin kedalam pembuluh darah, sehingga konsentrasi katekolamin dalam plasma menjadi rendah. Hal ini mengakibatkan tubuh mengalami relaksasi, denyut jantung berkurang dan tekanan darah menjadi turun (Supriadi & Hutabarat, 2015; Herawati,dkk., 2018). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fahrudi (2018) pada penelitiannya ada pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok Pesantren Lansia Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

Kelurahan sungai enam merupakan wilayah pesisir yang berada pada wilayah pinggiran laut. Hal ini dikarenakan kecamatan Bintang Timur berbatasan langsung dengan Bintang Pesisir. Program kerja Puskesmas Kijang dalam penanganan penyakit hipertensi selama ini dengan melakukan kegiatan skrining PTM (Penyakit Tidak Menular), posbindu dan senam jantung sehat di berbagai wilayah. Selain itu juga memberikan terapi farmakologi pada penderita hipertensi. Program di Puskesmas juga terdapat kelompok hipertensi binaan dan dikarenakan pandemic covid-19 program binaan tidak berjalan maksimal. Dengan kondisi demikian faktor risiko hipertensi di wilayah ini dapat berkembang secara lebih signifikan Berdasarkan studi pendahuluan penulis di Puskesmas Kijang pada tanggal 08 Oktober 2021, dari wawancara dengan 10 orang penderita hipertensi didapatkan bahwa hampir seluruhnya belum pernah melakukan terapi musik klasik *Mozart* dan tidak mengetahui manfaat terapi musik klasik *mozart* dapat menurunkan tekanan darah. Berdasarkan fenomena diatas, melihat tingginya angka pravelensi penyakit hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kijang. Maka penulis tertarik untuk mengetahui tentang pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pre eksperimental design*. Rancangan penelitian ini adalah *one grup pretest-posttest desain*, dilakukan untuk memperoleh gambaran tentang proses terapi musik klasik mozart terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Kelurahan Sei enam Kijang. Subjek pada Penelitian ini adalah masyarakat Sei Enam yang pada saat dilakukan skrining mengalami hipertensi dari bulan Maret sampai Oktober 2021. Jumlah subjek sebanyak 20 pasien dari 56 orang yang di skrining. Instrumen pengumpulan data berupa lembar observasi dalam bentuk checklist menggunakan skala Guttman, serta dilengkapi dengan wawancara dan dokumentasi. Teknik analisa data menggunakan komputasi/ perangkat lunak yang terdiri dari uji Univariat dan Uji Bivariat. Pada uji Bivariat menggunakan uji *wilcoxon sign rank test* dengan signifikansi  $\leq 0,05$ . Hal ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh musik klasik mozart terhadap tekanan darah penderita hipertensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	F	%
Usia	F	%
26-35 tahun	0	0
36-45 Tahun	7	35
46-55 tahun	12	60
56-65 Tahun	1	5

Pekerjaan		
PNS	0	0
Pensiunan	0	0
Swasta	1	5
IRT	16	80
Nelayan	3	15
Pendidikan		
SD	13	65
SLTP	3	15
SLTA	4	20
PT	0	0
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	4	20
Perempuan	16	80
Riwayat Hipertensi		
Ada	11	55
Tidak Ada	9	45
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Responden Sebelum Diberikan Terapi Musik Klasik *Mozart* di Kelurahan Seinam Kijang**

Variabel	F	%
Ringan	14	70
Sedang	4	20
Berat	2	10
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa tekanan darah responden sebelum diberikan terapi musik klasik *Mozart*, lebih dari sebagian besar responden dengan hipertensi kategori ringan 14 orang (70%), sedang 4 orang (20%) dan berat 2 orang (10%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Responden Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik *Mozart* di Kelurahan Sungai Enam Kijang**

Variabel	f	%
Normal	3	15
Normal Tinggi	3	15
Ringan	10	50
Sedang	3	15
Berat	1	5
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 di dibawah ini dapat dilihat bahwa tekanan darah responden sesudah diberikan terapi musik klasik *Mozart*, sebagian besar responden dengan hipertensi kategori ringan 10 orang (50%), normal 3 orang (15%), normal tinggi 3 orang (15%), sedang 3 orang (15%) dan berat 1 orang (5%).

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui perbandingan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* pada penderita hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang. Berdasarkan analisa data uji *Wilcoxon*.

**Tabel 4. Tekanan Darah Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart di Kelurahan Sungai Enam Kijang**

		Sesudah										p- value	
		Normal				Ringan		Sedang		Berat			Total
		Normal	Tinggi			F	%	f	%	f	%		
		f	%	f	%	F	%	f	%	f	%		
Sebelum	Ringan	3	21,4	3	21,4	7	50	1	7,1	0	0	14	
	Sedang	0	0	0	0	3	75	1	25	0	0	4	
	Berat	0	0	0	0	0	0	1	50	1	50	2	
	Total	3	15	3	15	10	50	3	15	1	5	20	

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat dilihat bahwa tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* menunjukkan kategori ringan sebanyak 14 orang (70%), sedangkan sesudah siberikan terapi musik klasik *mozart* adalah normal 3 responden (21,4%), normal tinggi 3 responden (21,4%), ringan 7 responden (50%), sedang 1 responden (7,1%). Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* yang menunjukkan kategori sedang 4 responden (20%), sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* menjadi ringan 3 responden (75%) dan sedang 1 responden (25%). Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* yang menunjukkan kategori berat 2 responden (10%), sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* menjadi sedang 1 responden (50%) dan berat 1 responden (50%).

Dari hasil uji statistik *wilcoxon test* diperoleh angka signifikan nilai *p value*= 0,008 yang berarti ( $\leq 0,05$ ), maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang.

## Pembahasan

### Tekanan Darah Responden Sebelum Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa tekanan darah responden sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* adalah ringan sebanyak 14 orang (70%), sedang sebanyak 4 orang (20%) dan berat sebanyak 2 orang (10%). Tekanan darah dalam kategori ringan terdiri dari 6 orang (140/90-100 mmHg), 1 orang (142/90) mmHg, 1 orang (144/90) mmHg, 3 orang (150/100) mmHg, 1 orang (152/97) mmHg, 1 orang (154/79) mmHg dan 1 orang (159/80) mmHg. Tekanan darah dalam kategori sedang terdiri dari 4 orang yaitu 3 orang (160/100-110) mmHg dan 1 orang (179/120) mmHg. Tekanan darah dalam kategori berat adalah 2 orang taitu 1 orang Tekanan darah dalam kategori ringan tertinggi yaitu 1 orang (189/118) mmHg dan 1 orang (190/100) mmHg. Tekanan darah merupakan salah satu parameter hemodinamik yang sederhana dan mudah dilakukan pengukurannya. Tekanan darah menggambarkan situasi hemodinamik seseorang saat itu. Hemodinamik adalah suatu keadaan dimana tekanan dan aliran darah dapat mempertahankan perfusi atau pertukaran zat di jaringan (Muttaqin, 2012).

Menurut teori Hayens (2010) tekanan darah dalam tubuh dikontrol oleh otak sebagai pusat, sistem saraf otonom, ginjal, beberapa kelenjar endokrin, arteri dan jantung. Serabut saraf adalah bagian sistem saraf otonom yang membawa isyarat dari semua bagian tubuh untuk menginformasikan kepada otak perihal tekanan darah, volume darah dan kebutuhan khusus semua organ. Semua informasi ini diproses oleh otak dan keputusan dikirim melalui saraf menuju organ-organ tubuh termasuk pembuluh darah, isyaratnya ditandai dengan mengempis atau mengembangnya pembuluh darah. Saraf-saraf ini dapat berfungsi secara otomatis . Tekanan darah timbul ketika bersikulasi di dalam pembuluh darah Organ jantung dan pembuluh darah berperan penting dalam proses ini dimana jantung sebagai pompa muskular yang

menyuplai tekanan untuk menggerakkan darah, dan pembuluh darah yang memiliki dinding yang elastis dan ketahanan yang kuat.

Hipertensi diastolik (*Diastolic Hypertension*) didefinisikan sebagai tekanan darah diastolik dengan nilai 90 mmHg atau lebih. Hipertensi diastolik biasanya terjadi pada usia muda atau usia pertengahan, yaitu sekitar 30–50 tahun. Hipertensi diastolik (*Diastolic Hypertension*) lebih sering terjadi pada pria di usia pertengahan dengan berat badan berlebih. Jika tidak diterapi, hipertensi diastolik (*Diastolic Hypertension*) dapat mengarah kepada hipertensi sistolik-diastolik (*Systolic-Diastolic Hypertension*).<sup>10</sup> Hasil penelitian Framingham mendapatkan hubungan antara Penyakit Jantung Koroner (PJK) dan tekanan darah diastolik. Kejadian PJK 2 kali lebih besar pada kelompok tekanan darah diastolik 90–104 mmHg dibandingkan tekanan darah diastolik 85 mmHg.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pietro AM, et al. (2010), responden dibagi menjadi 3 kelompok yaitu 29 responden kelompok intervensi diajarkan pernafasan dalam dengan mendengarkan musik klasik ritme dan tempo yang lambat, 26 responden kelompok kontrol-M mendengarkan musik dan 31 responden kelompok kontrol-R membaca (buka atau majalah) semua responden melakukannya 30 menit setiap hari selama 6 bulan di rumah. Hasil penelitian menunjukkan penurunan rata-rata tekanan darah sistole dalam waktu 24 jam sebesar 4,6 mmHg dan hasil yang signifikan, sedangkan kedua kelompok kontrol tekanan darah cenderung tetap.

Menurut asumsi peneliti, dari hasil penelitian didapatkan bahwa tekanan darah dikontrol oleh otak sebagai pusat, sistem saraf otonom, ginjal, beberapa kelenjar endokrin, arteri dan jantung. Serabut saraf adalah bagian sistem saraf otonom yang membawa isyarat dari semua bagian tubuh untuk menginformasikan kepada otak perihal tekanan darah. Tekanan darah timbul ketika bersirkulasi di dalam pembuluh darah Organ jantung dan pembuluh darah berperan penting dalam proses ini dimana jantung sebagai pompa muskular yang menyuplai tekanan untuk menggerakkan darah, dan pembuluh darah yang memiliki dinding yang elastis dan ketahanan yang kuat.

### **Tekanan Darah Responden Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart**

Tekanan darah responden sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* tertinggi adalah kategori ringan sebanyak 10 orang (50%), normal sebanyak 3 orang (15%), normal tinggi sebanyak 3 orang (15%), sedang sebanyak 3 orang (15%) dan berat sebanyak 1 orang (5%). Dari hasil penelitian didapatkan bahwa tekanan darah responden sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* kategori ringan sebanyak 1 orang (142/80) mmHg, 1 orang (149/97) mmHg, 1 orang (141/88) mmHg, 1 orang (140/88) mmHg, 2 orang (144/86-93) mmHg, 1 orang (150/94) mmHg, 1 orang (143/87) mmHg, 1 orang (146/96) mmHg dan 1 orang (152/95) mmHg. Tekanan darah responden sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* kategori sedang sebanyak 1 orang (185/104) mmHg. Tekanan darah responden sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* kategori normal sebanyak 1 orang (123/83) mmHg, 1 orang (126/74) mmHg dan 1 orang (127/83) mmHg. Tekanan darah responden sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* kategori normal-tinggi sebanyak 1 orang (130/76) mmHg, 1 orang (136/96) mmHg dan 1 orang (137/96) mmHg.

Menurut teori Kuhlmann *et al* (2016), sebuah meta-analisis terbaru dari studi yang dilakukan dalam pengaturan klinis yang beragam menunjukkan bahwa intervensi musik mengakibatkan penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik, tekanan diastolik darah dan denyut jantung pada penyakit di berbagai negara. Ulasan lain menemukan bahwa mendengarkan musik dapat memiliki efek menguntungkan pada kecemasan, tekanan darah sistolik, denyut jantung, laju pernapasan, kualitas tidur dan nyeri pada pasien dengan penyakit jantung koroner.

Mendengarkan musik yang sesuai secara teratur memberikan efek ketenangan pada tubuh baik fisik dan psikis. Apabila tubuh merasa nyaman sistem kerja tubuh akan sesuai, jantung berdenyut secara normal, transportasi oksigen pada sel tubuh terpenuhi, metabolisme tubuh sesuai kebutuhan, homeostasis tubuh seimbang dan tidak memicu timbulnya stresor. Kondisi ini akan mengoptimalkan tubuh dalam mengatasi terjadinya komplikasi penyakit hipertensi

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul (2017) hasil Tekanan darah observasi I, II dan III sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) sebanyak 10 (100%) responden memiliki tekanan darah hipertensi stadium 1. Sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) tekanan darah pada responden tidak mengalami perubahan, hal ini dikarenakan tidak ada stimulasi yang dilakukan untuk menurunkan tekanan darah sistolik ataupun diastolik pada responden.

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 menjadi salah satu penyebab meningkatnya 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 menjadi salah satu penyebab meningkatnya tekanan darah seseorang atau hipertensi.

Menurut asumsi peneliti, dari hasil penelitian penurunan tekanan darah terjadi karena adanya kondisi yang berbeda pada tiap responden saat menjalani terapi musik klasik. Peneliti berusaha membuat kondisi lingkungan nyaman dengan terapi yang sama pada tiap responden, tetapi kondisi kejiwaan, konsentrasi dan perasaan saat menikmati terapi musik klasik tidak dapat dikontrol oleh peneliti sehingga menjadikan penurunan yang berbeda pada tiap responden

### **Perbedaan Tekanan Darah Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik *Mozart***

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* menunjukkan kategori ringan sebanyak 14 orang (70%), sedangkan sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* adalah normal 3 responden (21,4%), normal tinggi 3 responden (21,4%), ringan 7 responden (50%), sedang 1 responden (7,1%). Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* yang menunjukkan kategori sedang 4 responden (20%), sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* menjadi ringan 3 responden (75%) dan sedang 1 responden (25%). Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* yang menunjukkan kategori berat 2 responden (10%), sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* menjadi sedang 1 responden (50%) dan berat 1 responden (50%). Hasil uji statistik *wilcoxon test* diperoleh nilai  $p\text{ value} = 0,008$  yang berarti ( $\leq 0,05$ ), maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang.

Menurut teori Champell (2011) bahwa terapi musik klasik yaitu jenis terapi yang mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan kataris emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi, dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap menerima masukan baru, efek rileks, dan menidurkan (Nuseha dan Djaafar, 2011). Selain itu musik klasik berfungsi mengatur hormon – hormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACTH, prolaktin, dan hormon pertumbuhan serta dapat meningkatkan kadar endorfin sehingga dapat mengurangi nyeri.

Peneliti memberikan terapi musik klasik *mozart* selama 7 hari dan dilakukan pengukuran setiap setelah diberikan terapi musik klasik *mozart*. Sebelum dilakukan Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Pada responden, tekanan darah responden bisa dikatakan stadium 1. Setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*), maka tekanan darah responden menjadi menurun. Hal ini dapat kita lihat, bahwa responden mengalami perubahan tekanan darah. Musik bisa menjadikan badan, fikiran dan mental menjadi sehat. Sedangkan responden sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* hipertensi ringan menjadi sedang dikarenakan responden kurang fokus dalam mendengarkan musik. Musik klasik bermanfaat membuat seseorang menjadi rileks, menimbulkan rasa nyaman, melepas rasa sedih dengan kegembiraan, Musik memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang sehingga tekanan darah menjadi turun. Musik dapat meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spritual.

Terapi musik klasik yaitu jenis terapi yang mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan kataris emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi, dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap menerima masukan baru, efek rileks, dan menidurkan (Nuseha dan Djaafar, 2011). Selain itu musik klasik berfungsi mengatur hormon – hormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACTH, prolaktin, dan hormon pertumbuhan serta dapat meningkatkan kadar endorfin sehingga dapat mengurangi nyeri (Champell, 2011).

Salah satu terapi yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah yaitu terapi musik klasik. Tempo musik klasik sebagai faktor yang paling penting, jenis musik yang merupakan non lirik terdiri menurut nada rendah merupakan *beat* 60-80 per menit & taraf volume 60 dB. Alunan musik bisa menstimulasi tubuh untuk menghasilkan molekul yang dianggap nitrik oxide (NO). Molekul ini bekerja dalam tonus pembuluh darah sehingga bisa mengurangi tekanan darah (Romadoni et al, 2013). Noviyanto & Prawesti menyebutkan rangsangan musik dalam terapi musik klasik ternyata sanggup mengaktifasi sistem limbik yang berhubungan dengan emosi. Saat sistem limbik teraktivasi, otak menjadi sebagai rileks, syarat inilah yang memicu tekanan darah menurun (Prawesti & Noviyanto, 2015).

Musik memiliki pengaruh besar terhadap pikiran sehingga tekanan darah bisa teratur Yulianti (Sufrida, 2016). Musik klasik *mozart* dipercaya mampu memberikan efek positif bagi kehidupan manusia berkat alunan nadanya. Pengaruh terapi musik klasik *mozart* sebagai *entertraining effect, learning support effect*. Karena musik klasik *mozart* dengan irama lembut mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan ketenangan yang di dengarkan melalui telinga akan langsung masuk ke otak dan langsung diolah sehingga menghasilkan efek yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang (Hariyanto, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imam (2019), hasil uji statistik *Wilcoxon Test* diperoleh angka signifikan atau nilai *p value*= 0,000 yang berarti <(0,05), maka  $H_1$  diterima yang berarti ada Pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Nurul (2017) dilakukan 3 kali terapi musik klasik (*mozart*). Dari hasil penelitian bahwa tekanan darah observasi III sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) tekanan darah pada responden yang memiliki tekanan darah hipertensi stadium 1 sebanyak 10 orang. Setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) tekanan darah pada responden yang memiliki tekanan darah hipertensi stadium 1 sebanyak 6 orang dan responden yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 4 orang. Jadi dalam

penelitian ini ada penurunan tekanan darah saat sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*).

Menurut asumsi peneliti, dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa terapi musik klasik *mozart* memiliki manfaat dan menyebabkan kenyamanan yang didengarkan melalui indera pendengaran akan masuk sendiri ke otak & diolah sehingga membentuk pengaruh yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang. Terapi musik memanfaatkan kekuatan musik untuk membantu klien menata dirinya sehingga mereka bisa mencari jalan keluar, mengalami perubahan & akhirnya sembuh berdasarkan gangguan yang di deritanya yaitu tekanan darah tinggi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa penerapan Terapi Musik Klasik Mozart berpengaruh pada Tekanan Darah penderita Hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang. Karakteristik usia responden tertinggi adalah usia 46-55 tahun. Sedangkan pekerjaan responden hampir seluruhnya adalah ibu rumah tangga. Tingkat pendidikan responden tertinggi adalah SD (Sekolah Dasar). Hampir seluruh jenis kelamin responden adalah perempuan. Tekanan darah responden sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* tertinggi adalah kategori ringan 14 orang (70%), sedang 4 orang (20%) dan berat 2 orang (10%). Tekanan darah responden sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* tertinggi adalah kategori ringan sebanyak 10 orang (50%), normal 3 orang (15%), normal tinggi 3 orang (15%), sedang 3 orang (15%) dan berat 1 orang (5%).

## DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, A. (2015). Terapi Musik Instrumental Classic: Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Stroke. *The SUN*. Vol 2 (2). (Diakses dari [http://fik.um-surabaya.ac.id/sites/default/files/Artikel%205\\_2.pdf](http://fik.um-surabaya.ac.id/sites/default/files/Artikel%205_2.pdf) pada 7 Januari 2018 pukul 23.15 Wita)
- Aini, N., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. (2017). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (MOZART) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 Di Desa Donowarih Karangploso Malang. *Journal Nursing News*, XI(1).
- Budi, Ls., Sulchan, HM., Wardani, RS. (2011). *Beberapa Faktor yang Berhubungan dengan Tekanan Darah pada Usia Lanjut di RW VIII Kelurahan Krobokan Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang*. Abstrak. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang
- Campbell, Don. 2001. "Efek Mozart, Memanfaatkan Kekuatan Musik untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreativitas, dan Menyehatkan Tubuh". Penerjemah T. Hermaya, Cetakan I Januari, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- CDC. (2014). *Family History and Other Characteristics That Increase Risk for High Blood Pressure*. [Http://www.cdc.gov/bloodpressure/family\\_history.htm](http://www.cdc.gov/bloodpressure/family_history.htm).
- Fahrudi, Imam (2018). *Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi*. Skripsi
- Fatharani (2018). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi. *Jurnal Arkesmas*
- Herawati, N., Sari, K. M., & Ningsih, A. T. M. (2018). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah Kerja Puskesmas KTK Kota Solok. *Menara Ilmu*, XII(3).
- Hidayah, N., Utomo, A. S., & D, D. (2018). Pengaruh Jus Tomat Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Lansia. *The Indonesian Journal of Health Science*. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v0i0.1525>

- Kandarini, Y. (2017). *Tatalaksana Farmakologi Terapi Hipertensi*. Divisi Ginjal Dan Hipertensi RSUP Sanglah Denpasar.
- Kantha, K., & Indira, A. (2015). Prevalence of Hypertension Among the Adults in Coastal and Non Coastal Areas. *International Journal of Development Research (IJDR)*, 5(1), 3134–3139
- Kartika, U. (2014). *Hipertensi Bukan Sekedar Tekanan Darah Tinggi*. <http://health.kompas.com/read/2014/03/07/1706102/Hipertensi.Bukan.Sekedar.Tekanan.Darah.Tinggi>. diakses 27 September 2015
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2019*
- Masyati (2018). *Efektifitas Pendampingan Keluarga Dalam Perawatan Diri Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Penderita Hipertensi*. 10, 53–66.
- Muttaqin, Arif., dan Kumala Sari. 2012. *Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurrahmani, Ulfah. (2012). *Stop Hipertensi*. Yogyakarta : Familia
- Smeltzer, S. C & Barre, B. G. (2017). Buku ajar keperawatan medikal-bedah Brunner & Suddarth. *Journal of Chemical Information and Modeling*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Suiraoaka, I. P. 2012. *Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Numed