

PERBEDAAN TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN TERAPI MUSIK KLASIK (*MOZART*) PADA LANSIA HIPERTENSI STADIUM 1 DI DESA DONOWARIH KARANGPLOSO MALANG

Nurul Aini¹⁾, Tanto Hariyanto²⁾, Vita Maryah Ardiyani³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

³⁾ Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

Email: jurnalpsik.unitri@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu penyakit yang sering terjadi pada lansia adalah gangguan pembuluh darah (hipertensi sampai dengan stroke). Mendengarkan musik klasik dapat mengurangi kecemasan dan stres sehingga tubuh mengalami relaksasi, yang mengakibatkan penurunan tekanan darah dan jantung. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) pada lansia hipertensi stadium 1 di Desa Donowarih Dusun Borogragal Karangploso Malang. Penelitian ini menggunakan metode *Quasy Experiment Design* dengan pendekatan *Pretest-Posttest*. Data dikumpulkan dengan cara melakukan observasi I, II, dan III, dengan instrumen yaitu *sphgynomanometer* dan *stetoskop*. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh lansia hipertensi stadium 1 sebanyak 40 orang dan sampel penelitian sebanyak 10 orang di Desa Donowarih Dusun Borogragal Karangploso Malang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi untuk sampel penelitian ini antara lain: lansia yang tinggal di Desa Donowarih Dusun Borogragal Karangploso Malang, lansia dengan hipertensi stadium I. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan uji beda *paired sample T test*. Pada observasi 1 didapatkan nilai $P\ value = 0,037 < \alpha (0,05)$, observasi 2 didapatkan $P\ value = 0,037 < \alpha (0,05)$, observasi III didapatkan $P\ value 0,015 < \alpha (0,05)$. Berdasarkan hasil penelitian ada perbedaan antara tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik (*Mozart*) pada lansia hipertensi stadium 1 di Desa Donowarih Dusun Borogragal Karangploso Malang. Saran untuk penelitian selanjutnya, dapat menggunakan musik yang disesuaikan dengan kebudayaan setempat sebagai terapi musik.

Kata kunci : Hipertensi, Lansia, *Mozart*, Tekanan darah

**THE DIFFERENCE OF BLOOD PRESSURE IN ELDERLY
WITH HYPERTENSION STAGE 1 BEFORE AND AFTER THERAPY CLASSICAL
MUSIC (MOZART) IN THE DONOWARIEH VILLAGE KARANGPLOSOMALANG**

ABSTRACT

One of the most common diseases in elderly people is blood vessel disorders (hypertension up to stroke). Listening to classical music can reduce anxiety and stress so that the body relaxes, resulting in decreased blood pressure and heart. The purpose of this research is to know the difference of blood pressure before and after classical music therapy (mozart) in elderly of hypertension stage 1 in Donowarih Village Dusun Borogragal Karangploso Malang. This research uses Quasy Experiment Design method with Pretest-Posttest approach. Data were collected by observation I, II, and III, with instruments namely sphgynomanometer and stethoscope. Population in this research that is all elderly hypertension stage 1 as many as 40 people and sample of research as many as 10 people in Donowarih Village Dusun Borogragal Karangploso Malang by using purposive sampling technique. The inclusion criteria for this study sample are: elderly living in Donowarih Village Dusun Borogragal Karangploso Malang, elderly with stage I hypertension. Data analysis technique in this research using different test of paired sample T test. In observation I obtained value P value = 0,037 < α (0.05), observation 2 got P value = 0.037 < α (0.05), observation III got P value 0,015 < α (0.05). Based on the results of research there is a difference between blood pressure before and after classical music therapy (Mozart) in elderly hypertension stage 1 in Donowarih Village Dusun Borogragal Karangploso Malang. Suggestions for further research, can use music that is adapted to local culture as music therapy.

Keywords: *Hypertension, Blood Pressure, Mozart, Older adult*

PENDAHULUAN

Aging process (proses menua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan-lahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri/mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan

memperbaiki kerusakan yang diderita (Darmojo, 2004).

Masalah kesehatan lansia sangat bervariasi, selain erat kaitannya dengan degeneratif (menua) juga secara progresif. Menurut Bustan (2007) Penyakit atau gangguan yang menonjol pada kelompok lansia adalah: gangguan pembuluh darah (dari hipertensi sampai

stroke), gangguan metabolik (Diabetes Militus), gangguan Persendian (arthritis, encok dan terjatuh) dan gangguan psikososial (kurang penyesuaian diri dan merasa tidak efektif lagi).

Terapi musik adalah usaha meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental (Eka, 2011). Penggunaan musik sebagai media terapi di rumah sakit, juga mengalami perkembangan yang cukup signifikan pada tahun-tahun terakhir ini. Sebuah penelitian yang dipresentasikan pada konferensi tahunan ke-62 *American Heart Association* 2008, mengemukakan bahwa mendengarkan musik klasik bisa menurunkan tekanan darah penderita hipertensi (Martha, 2012) dan penelitian yang dilakukan oleh Chafin (2004) mendengarkan musik klasik dapat mengurangi kecemasan dan stres sehingga tubuh mengalami relaksasi, yang mengakibatkan penurunan tekanan darah dan jantung.

Pada dewasa ini banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik *mozart*, karena musik ini memiliki *magnitude* yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang *alfa*, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks

(Dofi, 2010). Dari beberapa penelitian tentang pengaruh berbagai jenis musik klasik, akhirnya banyak dari peneliti tersebut menganjurkan musik klasik *Mozart* yang diciptakan oleh Wolfgang Amadeus *Mozart* karena aplikasi medis musik *Mozart* telah membuktikan hasil yang menakjubkan bagi perkembangan ilmu kesehatan (Dofi, 2010).

Musik klasik (*mozart*) dipercaya mampu memberikan efek-efek positif bagi kehidupan manusia berkat alunan nadanya. Pengaruh musik klasik (*mozart*) sebagai *entertaining effect*, *learning support effect* dan sebagai *enriching-mind effect*. Karena musik klasik (*mozart*) dengan irama lembut dapat mempengaruhi denyut jantung sehingga menimbulkan ketenangan yang didengarkan melalui telinga akan langsung masuk ke otak dan langsung diolah sehingga menghasilkan efek yang sangat baik terhadap kesehatan seseorang (Campbell, 2002). Menurut Yunita (2011) bahwa jenis musik klasik *mozart* merupakan musik lambat atau sesuai dengan denyut jantung maka akan bereaksi dengan mengeluarkan hormone (serotonin) yang dapat membuat rasa nikmat dan senang.

Tekanan darah adalah daya atau dorongan darah ke dinding arteri saat darah dipompa keluar dari jantung ke seluruh tubuh (Palmer, 2007). Rata-rata tekanan darah normal biasanya 120/80 (Smeltzer dan Bare, 2001) dan diukur dalam satuan milimeter air raksa (mmHg) (Palmer, 2007).

Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia menurut Depkes RI (2007) cukup tinggi, yaitu 83 per 1.000 anggota rumah tangga dan 65% nya merupakan orang yang telah berusia 55 tahun ke atas. Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyakit-penyakit kardiovaskular yang merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. WHO (2005) menyatakan bahwa di dunia penyakit kardiovaskuler merupakan sebab kematian terbesar pada populasi usia 65 tahun ke atas dengan jumlah kematian lebih banyak di negara berkembang. Menurut batasan hipertensi yang dipakai sekarang ini, diperkirakan 23% perempuan dan 14% laki-laki berusia lebih dari 65 tahun menderita hipertensi. Berdasarkan beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik (*mozart*) dapat memberi efek terapi pada kesehatan dan masalah yang sering terjadi pada lansia adalah penyakit kardiovaskuler. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Klementinasaing (2007) terapi musik klasik dapat berpengaruh pada penurunan tekanan darah. Khusus dalam penelitian ini, peneliti mengupas mengenai Perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*). Peneliti memilih Desa Donowarih Dusun Borogragal Rt 39 RW 10 Karangploso Malang dikarenakan ditempat ini banyak lansia yang mempunyai masalah tekanan darah tinggi stadium 1.

Berdasarkan studi pendahuluan yang saya lakukan pada tanggal 07 Desember 2014 di Desa Donowarih

Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang, peneliti menemukan 7 dari 10 lansia mengalami hipertensi stadium 1. Hasil dari wawancara mengenai jenis musik terhadap lansia hipertensi stadium 1 di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 juga di dapatkan hasil 8 dari 10 responden menyukai musik klasik, sedangkan 2 responden menyatakan kurang menyukai musik klasik.

Berkaitan dengan uraian yang dikemukakan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Pada Lansia Hipertensi stadium 1 di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang”

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka penulis menentukan rumusan masalah, sebagai berikut apakah ada “Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Pada Lansia Hipertensi stadium 1 di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasi dengan metode *Quasy eksperiment Design* dengan pendekatan *pretest – posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Lansia hipertensi stadium 1 di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang berjumlah 40 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Lansia hipertensi stadium 1 yang termasuk dalam kriteria inklusi Di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang. Penelitian ini dilakukan di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang pada bulan Juni - Juli 2015.

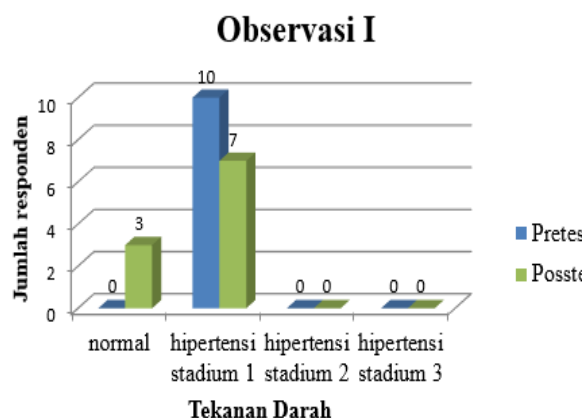
Kriteria inklusi dalam penelitian ini, yaitu: Lansia di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang, lansia hipertensi stadium 1 dan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian.

Variabel dalam penelitian ini adalah tekanan darah. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *sphygnomanometer* dan *stetoskop*. Dalam penelitian ini hasil data yang telah dikumpulkan dianalisis dengan uji beda *paired sample T test*.

Etika penelitian memiliki empat macam prinsip, yaitu; menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*), menghormati privasi dan kerahasiaan subyek penelitian (*respect for*

privacy and confidentiality), keadilan dan inklusivitas (*respect for justice and incluveness*) dan memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

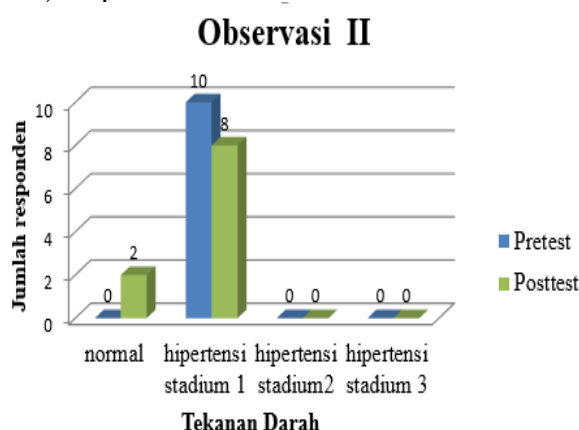


Gambar 1. Grafik karakteristik Tekanan Darah Observasi I

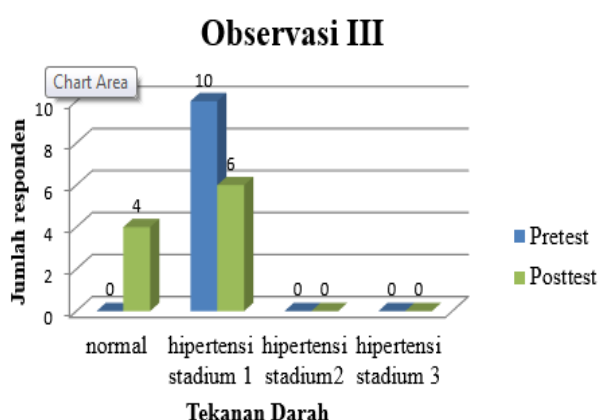
Berdasarkan Gambar 1. diketahui dari observasi I bahwa setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) jumlah responden dengan tekanan darah normal sebanyak 3 (30%) responden dan jumlah tekanan darah hipertensi stadium 1 sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) sebanyak 10 (100%) responden sedangkan jumlah responden dengan hipertensi stadium 1 setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) sebanyak 7 (70%) responden.

Berdasarkan Gambar 2 diketahui dari observasi II bahwa setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) jumlah responden dengan tekanan darah normal

sebanyak 2 (20%) responden dan jumlah tekanan darah hipertensi stadium 1 sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) sebanyak 10 (100%) responden sedangkan jumlah responden dengan hipertensi stadium 1 setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) sebanyak 8 (80%) responden.



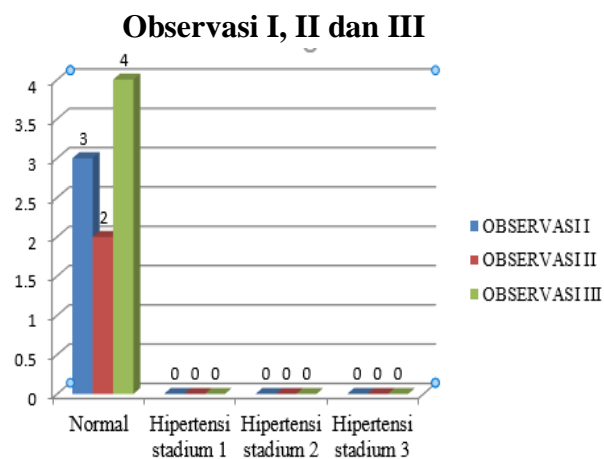
Gambar 2. Grafik karakteristik Tekanan Darah Observasi II



Gambar 3. Berdasarkan karakteristik Tekanan Darah Observasi III

Berdasarkan Gambar 3 diketahui dari observasi III bahwa setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) jumlah responden dengan tekanan darah normal sebanyak 4 (40%) responden dan jumlah tekanan darah hipertensi stadium 1 sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) sebanyak 10 (100%) responden sedangkan jumlah responden dengan hipertensi stadium 1 setelah dilakukan terapi musik sklasik (*mozart*) sebanyak 6 (60%) responden.

Hasil Uji statistik dengan uji beda *paired sample T test*. Analisis dengan menggunakan teknik ini dengan tingkat signifikasi (α) sebesar 0,05 dan tingkat kesalahan 95%.



Gambar 4. Grafik Tekanan darah Berdasarkan Observasi I, II dan III setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*).

Berdasarkan Gambar 4. Grafik diatas menunjukkan hasil observasi 1, II dan III. Grafik menjelaskan bahwa tekanan darah normal pada observasi I sebanyak 3

(30%) responden, observasi II sebanyak 2 (20%) responden dan observasi III sebanyak 4 (40%) responden. Sedangkan tekanan darah hipertensi stadium 1 pada observasi I sebanyak 7 (70%) responden, observasi II sebanyak 8 (80%) responden dan observasi III sebanyak 6 (60%) responden.

Berdasarkan hasil perhitungan observasi I, didapat $p\text{ value} = 0,037 < \alpha$ (0,05) yang berarti H_0 ditolak H_1 diterima, artinya ada perbedaan antara “Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) Pada Lansia Hipertensi stadium 1 Di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang”.

Perhitungan observasi II, didapat $p\text{ value} = 0,037 < \alpha$ (0,05) yang berarti H_0 ditolak H_1 diterima, artinya ada perbedaan antara “Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 Di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang”.

Hasil analisis observasi III didapat $p\text{ value} = 0,015 < \alpha$ (0,05) yang berarti H_0 ditolak H_1 diterima, artinya ada perbedaan antara “Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 Di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang”.

Tekanan Darah Sebelum dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart)

Berdasarkan 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 atupun diastolik pada responden. Hal ini di akibatkan karena kurangnya kesadaran responden untuk memeriksakan diri dikarenakan aktifitas atau kesibukan responden sehingga kurang termotivasi untuk melakukan kontrol, selain itu juga hipertensi pada responden dikarenakan kurangnya pengetahuan untuk mengatasi atau mencegah agar tidak terjadi komplikasi dan kebiasaan lansia yang tetap mengkonsumsi garam berlebih. Hal ini dikarenakan sebagian besar responden bertempat tinggal di pedesaan dan pendidikan nya masih rendah. Potter and Perry (2005) menyatakan tingkat pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang tentang kesehatan. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang di dapat tentang kesehatan, sehingga orang dapat bersikap, berperilaku, dan patuh dalam pelaksanaan diit hipertensi.

Hipertensi pada lansia ini juga dipengaruhi oleh umur, hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Anggraini (2009) yang menyatakan bahwa setelah umur 45 tahun, terjadi peningkatan tekanan darah sistolik karena kelenturan pembuluh darah besar yang berkurang pada bertambahnya umur

sampai mencapai 70 tahun, sedangkan peningkatan tekanan darah diastolik terjadi sampai usia 50 dan 60 tahun kemudian menetap atau cenderung menurun. Adanya peningkatan umur, akan menyebabkan peningkatan resistensi perifer dan aktivitas simpatik serta penurunan sensitivitas pengaturan tekanan darah (refleks baroreseptor) pada usia lanjut sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Tekanan darah mengalami fluktuasi setiap saat, hipertensi akan menjadi masalah apabila tekanan darah tersebut persisten, karena hal ini membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah (otak dan jantung) menjadi tegang. Apabila hipertensi tidak terkontrol dengan baik, maka dapat menyebabkan terjadinya komplikasi dan penyakit kardiovaskuler, seperti : angina, serangan jantung, dan kerusakan ginjal. (Anna & Bryan 2007).

Berdasarkan data jenis kelamin diketahui bahwa sebagian besar (90%) responden yang diteliti berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 orang, dan sebagian kecil (10%) responden berjenis kelamin laki-laki 1 orang. Hipertensi lebih banyak menyerang perempuan dari pada laki-laki, ini berkaitan dengan faktor hormonal dimana pada perempuan usia 40 tahun mulai memasuki masa menopause (Smeltzer & Bare, 2002). Hormon estrogen memiliki sejumlah efek metabolik, salah satunya yaitu pemeliharaan struktural normal pembuluh darah, penurunan produksi estrogen pada usia menopause menyebabkan fungsi pemeliharaan struktur pembuluh darah

akan menurun sehingga perempuan lebih rentan terhadap hipertensi (Udjianti, 2010).

Hipertensi pada lanjut usia harus ditangani secara khusus. Hal ini disebabkan karena kondisi arteriosklerosis dari arteri-arteri utama, terutama aorta, dan akibat dari berkurangnya kelenturan. Dengan mengerasnya arteri-arteri ini menjadi semakin kaku sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Selain itu pada wanita, hipertensi terjadi pada usia diatas 50 atas disebabkan karena terjadinya hormon sesudah menopause.

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan cara obat medis (farmakologi) dan non obat (non-farmakologis). Pengobatan non-farmakologis dapat dilakukan dengan cara: mengatasi obesitas dengan cara menurunkan kelebihan berat badan, mengontrol pola makan dan gaya hidup *sedentary people*, mengurangi asupan garam, meningkatkan konsumsi potassium dan magnesium, serta menciptakan suasana rileks (Sudjaswandi dkk, 2003). Menurut Joint Committee on Hypertension (JNC) (2002), dengan menurunkan berat badan dapat menurunkan tekanan darah 5-20 mmHg/10 kg hilangnya berat badan. Dengan mengurangi asupan garam dapat menurunkan tekanan darah sebesar 2-8 mmHg.

Sejauh ini penatalaksanaan farmakologis dapat menghambat sistem simpatikoadrenergik di upayakan penatalaksanaan hipertensi umumnya

dilakukan dengan mengatasi gaya hidup seperti pengurangan berat badan, pengaturan diet makanan, olah raga teratur dan mengurangi stres. Rangkaian ini merupakan tatalaksana nonfarmakologis. Pengaturan diet makanan dan olah raga teratur umumnya telah terbukti dapat menurunkan tekanan darah namun penggunaan musik klasik (*mozart*) nantinya bisa dijadikan sebagai tatalaksana nonfarmakologis hal ini sesuai mengenai efek dari musik terhadap tubuh manusia, bahwa jenis musik lambat atau sesuai dengan denyut jantung maka akan bereaksi dengan mengeluarkan hormone (serotonin) yang dapat membuat rasa nikmat dan senang yang akhirnya akan berdampak pada tekanan darah.

Tekanan Darah Sesudah Terapi Musik Klasik (*Mozart*)

Hasil penelitian setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) pada observasi I yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 3 (30%) responden dan tekanan darah hipertensi stadium 1 sebanyak 7 (70%) responden, observasi II yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 2 (20%) responden, dan observasi III yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 4 (40%) responden. Setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) pada lansia hipertensi stadium dengan lagu “Andate, Piano Concerto No. 21 in C Major, KV. 467” selama 15-20 menit responden mengalami penurunan tekanan darah. Sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*), responden tidak mendapatkan

stimulasi dari luar, tekanan darah responden masih tinggi. Setelah dilakukan pemberian terapi musik klasik (*mozart*), tekanan darah pada responden mengalami penurunan. Hal ini dikarenakan terapi musik klasik (*mozart*) memberikan efek positif yang dapat menenangkan pikiran dan detak jantung perlahan mengikuti irama musik sehingga tekanan darah menjadi turun. Musik klasik (*mozart*) mempunyai ketukan yang pelan dan sesuai dengan irama jantung orang dewasa dan dapat merangsang gelombang alfa di otak. Gelombang alfa akan merangsang pengeluaran peptida yang disebut beta – endorfin. Beta – endorfin tersebut akan berefek terhadap penurunan tonus simpatis dan menyebabkan rasa tenang (Kusuma, 2009).

Menurut (Sari, 2013) pemberian musik dengan durasi 15 menit atau 30 menit sama-sama memberikan efek untuk tanda-tanda vital. Hal ini karena musik klasik *Mozart* dapat memberikan rasa rilek/tenang sehingga menimbulkan dampak yang menguntungkan pada tanda-tanda vital. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa terapi musik klasik *Mozart* dapat mempengaruhi fungsi-fungsi fisiologis, yaitu menstabilkan respirasi, denyut jantung, temperatur, dan tekanan darah (Djohan, 2006).

Sejauh ini penatalaksanaan farmakologis dapat menghambat sistem simpatikoadrenergik di upayakan penatalaksanaan hipertensi umumnya dilakukan dengan mengatasi gaya hidup seperti pengurangan berat badan,

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

Musik yang terdiri dari kombinasi ritme, irama, harmonik, dan melodi sejak dahulu diyakini mempunyai pengaruh terhadap pengobatan orang sakit. Seiring dengan perkembangan zaman ketertarikan para peneliti terhadap musik dan bagaimana pengaruhnya terhadap kesehatan juga mengalami perkembangan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Chafin (2004) mendengarkan musik klasik dapat mengurangi kecemasan dan stres sehingga tubuh mengalami relaksasi, yang mengakibatkan penurunan tekanan darah dan denyut jantung (Klementinasaing, 2010).

Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1

Pada penelitian ini 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*).

Dilihat dari usia berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti terlihat bahwa usia tidak memberikan pengaruh terhadap perubahan tekanan darah. Hal yang terpenting adalah kemampuan responden dalam menikmati musik yang didengarkan sehingga membuat responden merasa tenang dan rilek yang berefek dalam menurunkan tekanan darah. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil contohnya pada responden nomor 5 dengan inisial "Ny.W" tekanan darah pada observasi I sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) memiliki tekanan darahnya 140/90 mmHg, setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) memiliki tekanan darahnya 130/80 mmHg. Observasi II sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) memiliki tekanan darahnya 140/90 mmHg, setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) memiliki tekanan darahnya 140/90 mmHg. Observasi III sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) memiliki tekanan darahnya 140/90 mmHg, setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) memiliki tekanan darahnya 130/80 mmHg.

Hasil penelitian di analisis dengan menggunakan uji beda *paired sample T test*, peneliti mengambil hasil uji beda

pada observasi ke-1, 2 dan 3 dengan menggunakan bantuan SPSS versi 17 for Window, hasil perhitungan yang observasi pertama didapat $p \text{ value} = 0,037 < \alpha (0,05)$ hasil perhitungna yang observasi ke-2 didapat $p \text{ value} = 0,037 < \alpha (0,05)$ dan hasil perhitungan yang observasi ke-3 didapat $p \text{ value} = 0,015 < \alpha (0,05)$ dari hasil analisis dapat disimpulkan : H_0 ditolak, H_1 ditolak, artinya ada “Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 Di Desa Donowarih Dusun Borogragal RT 39 RW 10 Karangploso Malang.

Sebelum dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) Pada responden, tekanan darah responden bisa dikatakan tinggi atau hipertensi. Setelah dilakukan terapi musik klasik (mozart), maka tekanan darah responden menjadi menurun. Hal ini dapat kita lihat, bahwa responden mengalami perubahan tekanan darah.

Tekanan darah yang tinggi tentunya dipengaruhi berbagai macam faktor. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi (hipertensi) pada setiap individu. Faktor-faktor pencetus peningkatan tekanan darah pada lansia yaitu volume, viskositas, kekuatan pembuluh darah, tahanan perifer, dan elastisitas. Dalam penurunan tekanan darah pada lansia tentunya berbagai macam cara yang dilakukan. Dalam penelitian ini, terapi musik klasik (mozart) akan diberikan kepada responden yang mengalami tekan darah hipertensi stadium 1. Terapi ini

memberikan efek pada system limbik sehingga melepaskan endokrin pada tubuh. Saat sistem limbik teraktivasi, terjadi dilatasi pembuluh darah dan otak menjadi rileks, kondisi inilah yang memicu tekanan darah menurun. Mendengarkan musik diharapkan dapat merangsang dan menarik penderita untuk mengikuti alur irama yang selanjutnya menciptakan suasana santai, gembira yang pada akhirnya adanya perubahan yang positif pada tekanan darah pada seseorang.

Pada penurunan tekanan darah dan stres diduga bahwa konsentrasi katekolamin plasma mempengaruhi aktivasi simpatoadrenergik, dan juga menyebabkan terjadinya pelepasan stress-released hormones. Pemberian 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. Namun yang perlu diperhatikan adalah memilih lagu dengan tempo sekitar 60 ketukan /menit yang bersifat rileks, karena apabila terlalu cepat stimulus yang masuk akan membuat kita mengikuti irama tersebut sehingga keadaan istirahat yang optimal tidak tercapai. Dengan mendengarkan musik klasik (mozart), sistem limbik teraktivasi dan individu menjadi rileks sehingga tekanan darah menurun. Selain itu alunan musik dapat menstimulasi tubuh memproduksi molekul Nitrat Oksida

(NO), molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah (Nurrahmani, 2012).

Terapi musik klasik (*mozart*) yang diberikan kepada individu yang menderita tekanan darah tinggi atau hipertensi tentunya dapat membeikan dampak yang positif kepada individu tersebut. Musik yang di dengarkan akan memberikan ketenangan pada tubuh. Ritme musik yang santai akan memberikan rasa nyaman dan menjadikan tubuh menjadi lebih santai. Penelitian ini di dukung hasil penelitian Labbe et al. (2007) yang menyebutkan bahwa mendengarkan musik santai klasik dan dipilih sendiri, secara signifikan dapat menurunkan kecemasan, stress, kemarahan, dan dapat meningkatkan relaksasi dibandingkan dengan mereka yang duduk diam atau mendengarkan musik berat. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yunita, Delvi, dkk (2007) memperlihatkan bahwa dengan terapi musik klasik (*mozart*) mampu menurunkan tekanan darah sistolik rata-rata 6,00 mmHg. Hal ini terbukti bahwa terapi musik klasik (*Mozart*) dapat dijadikan alternatif terapi pengganti latihan fisik bagi lansia dengan hipertensi yang memiliki keterbatasan fisik dan tidak memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik.

KESIMPULAN

- 1) Sebelum dilakukan terapi musik klasik (*mozart*), seluruh responden termasuk dalam hipertensi stadium I.
- 2) Setelah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*), hasil tekanan darah pada observasi I sebagian kecil menunjukkan nilai normal, pada observasi II sebagian kecil menunjukkan nilai normal, dan observasi III hampir setengahnya menunjukkan nilai normal.
- 3) Ada perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik (*mozart*) pada lansia hipertensi stadium I di Desa Donowarih Dusun Borogragal Karangploso Malang.

SARAN

Penelitian selanjutnya dapat mengambil penelitian pada determinan yang lain sehingga dapat menambah parameter penelitian dan dapat menambah referensi musik yang digunakan untuk terapi bisa disesuaikan dengan kebudayaan setempat.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, D.A, dkk. 2009. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang Periode*

- Januari Sampai Juni 2008.
Pekanbaru: FK UNRI.
- Bustan, M. N. 2007. *Epidemiologi , Penyakit tidak menular*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Campbell. 2002. *Efek mozart*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Darmojo, B. 2004. Tua Tidak Harus Renta. Diakses pada tanggal 3 januari 2015, dari http://www.SuaraMerdeka.com/harian/ked_07.htm. Diakses pada tanggal 01 Juni 2015.
- Djohan. 2006. *Terapi musik, teori dan aplikasi*. Yogyakarta: Galangpress.
- Dofi, BA. 2010. *Psikologi musik terapi kesehatan*. Jakarta: Golden terayon press.
- Eka. 2011. Mengenal Terapi Musik Klasik. Diakses tanggal 12 februari 2015, dari http://www.terapimusik.com/terapi_musik.htm. Diakses pada tanggal 01 Juni 2015.
- JNC-7, 2002. The seventh report of the joint Nasional Committee on prevention Detection, Evaluation, and Treatment of high blood pressure. *JAMA* 289 : 2560-2571.
- Klementinasaing, Saloma. 2007. Pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah. Diakses tanggal 12 februari 2015, dari http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/6277/Saloma_1.pdf. Diakses pada tanggal 01 Juni 2015.
- Kusuma, Tedja Rinaldy. 2009. Pengaruh Musik Klasik Mozart Andante, Piano Concerto No. 21 In C Major, Kv. 467 “ Terhadap Konsentrasi Pada Pria Dewasa Normal. Diakses tanggal 14 juni 2015, dari repository.maranatha.edu/2044/1/0610030_Abstract_TOC.pdf. Diakses pada tanggal 01 Juni 2015.
- Labbe, E., Schmidt, N., Babin, J., & Pharr, M. 2007. Coping with stress: the effectiveness of different types of music. *Appl psychophysiol biofeedback*. 32. 163–168.
- Martha, Karnia. 2012. *Panduan Cerdas Mengatasi Hipertensi*. Jogyakarta: Araska.
- Nurrahmani. 2012. *Stop Hipertensi*. Jogjakarta: Familia.
- Palmer. 2007. *Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga.
- Potter Patricia dan Perry Anne G, 2005. *Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*, Yasmin, Asih (Penterjemah), 2005. Edisi 4, Vol. 1, Jakarta : EGC.

Sari, Kurnia Yulia. 2013. Efektivitas Terapi Musik Klasik Mozart Terhadap Suhu Tubuh Bayi Prematur Di Ruang Perinatologi Di RSUD Banyumas, diakses pada Diakses tanggal 12 february 2015, dari <http://akademik.unsoed.ac.id/index.php?r=artikelilmiah/view&id=4730>. Diakses pada tanggal 01 Juni 2015.

Smeltzer & Bare, 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Alih Bahasa: dr. H. Y. Kuncara. Jakarta: EGC.

Udjianti, W. 2010. *Keperawatan Medikal Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.

World Health Organization (WHO). 2005. *Global Health Risk*

Yunita, Delvi, dkk. 2011. *Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang*.