

## PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK MOZART TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA

Imam Fahrudi\*\* Imam Fatoni\*\*\* Agustina Maunaturrohmah

<sup>1</sup>email: [Imamfahrudiimran@gmail.com](mailto:Imamfahrudiimran@gmail.com) <sup>2</sup>email: [Himamtahtoni29@gmail.com](mailto:Himamtahtoni29@gmail.com) <sup>3</sup>email:  
[Agustina.rohmah30@gmail.com](mailto:Agustina.rohmah30@gmail.com)

### ABSTRAK

**Pendahuluan :** Terapi musik klasik merupakan salah satu terapi yang dapat mempengaruhi penurunan tekanan darah pada lansia. **Tujuan penelitian** ini untuk menganalisis pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok pesantren lansia Desa Pulo lor Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. **Metode:** Desain penelitian ini menggunakan *one grup pre post test design*. Populasi dalam penelitian semua lansia penderita hipertensi dengan sampel 25 responden. Teknik sampling menggunakan simple random sampling. Instrumen penelitian menggunakan alat ukur SOP dan Tensimeter. Pengolahan data editing, coding, scoring, dan tabulating. Analisa data menggunakan Wilcoxon test. **Hasil:** Hasil penelitian tekanan darah sebelum diberikan terapi musik menunjukan sebagian besar lansia hipertensi stadium 1 sebanyak 13 responden (52,0%) dan tekanan darah sesudah diberikan terapi musik hampir dari setengahnya lansia hipertensi 1 sebanyak 12 responden (48,0%). Uji Wilcoxon test p value 0,00 dimana p value < 0,05 sehingga H1 diterima. **Kesimpulannya** ada pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok pesantren lansia di Desa Pulo lor Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang. **Saran :** diharapkan untuk dijadikan informasi sebagai salah satu terapi komplementer untuk mengatasi penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi

**Kata kunci :** Terapi musik, Hipertensi, Lansia

### ***THE EFFECT OF MOZART'S CLASSICAL MUSIC THERAPY ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN THE ELDERLY ISLAMIC BOARDING SCHOOL IN PULO LOR VILLAGE, JOMBANG DISTRICT, JOMBANG REGENCY***

#### **ABSTRACT**

**Introduction:** Mozart classical music therapy is one of the therapies that can affect the decrease in blood pressure in the elderly. **The purpose** of this study was to analyze the effect of mozart classical music therapy on decreasing blood pressure in the elderly in the elderly islamic boarding school in Pulo Lor Village, Jombang District, Jombang Regency. **Metode:** This research design uses one group pre test post test design. Population in this study all elderly people with hypertension with a sample of 25 respondent. Sampling technique using simple random sampling. Research instruments using SOP and tensimeter measuring instruments. Editing data processing, coding, scoring, and tabulating. Data analysis using wilcoxon test. **Result :** The results of blood pressure research before being given music therapy showed that most elderly stage 1 hypertension were 13 respondents (52,0%) and blood pressure after being given music therapy nearly half of the elderly stage 1 hypertension were 12 respondents (48,0%). Wilcoxon test p value 0,00 where p value < 0,05 so H1 accepted. **Conclusion:** The conclusion is that the influence of mozart's classical music therapy on the reduction of blood pressure in the elderly in the elderly Islamic boarding school in Pulo lor Village, Jombang

District, Jombang Regency. **Conclusion** : Expected to be used as information as one of the complementary therapies to overcome the decrease in blood pressure in the elderly with hypertension

**Keywords** : Music therapy, Hypertension, Elderly

## PENDAHULUAN

*Aging process* (proses menua) adalah suatu proses menghilangnya secara perlahan kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri dan mempertahankan fungsi normalnya sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi serta memperbaiki kerusakan yang diderita, masalah kesehatan lansia berat kaitannya dengan degeneratif juga secara progresif (Aini Nurul *et al*, 2017). Salah satu gangguan kesehatan pada lansia yaitu gangguan sistem kardiovaskuler (hipertensi). Hipertensi disebut *silent killer*, karena termasuk penyakit yang mematikan, tetapi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan memicu terjadinya penyakit lain yaitu dapat meningkatkan risiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Wulandari K, 2018).

Penanganan farmakologi hipertensi memerlukan obat anti hipertensi yang dikonsumsi seumur hidup. Kondisi ini menyebabkan efek samping yaitu mual, muntah, pusing, takikardi dan palpitasi yang berbahaya pada tubuh (Kandarini, 2016). Atas dasar itu banyak terapi non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan tekanan darah, salah satu terapi non farmakologi yaitu dengan terapi musik klasik *mozart* bermanfaat untuk kesehatan fisik, mental dan menurunkan tekanan darah, terapi ini sangat praktis (mudah dilakukan) serta ekonomis untuk dilakukan pada lansia, dari pada terapi non farmakologi lainnya (Aini Nurul *et al*, 2017).

Menurut *national basic health* prevalensi hipertensi di indonesia pada usia 35-44

tahun 24,8% usia 45-54 tahun 35,65 usia 55-64 tahun 45,95 usia 67-74 tahun 63,8% dan pada usia 75 ke atas 63,8% (kartika,2014). Prevalensi masyarakat indonesia dengan hipertensi sebesar 30,9%. Hipertensi yang ada pada perempuan sebesar 32,95 sedangkan pada laki laki sebesar 28,7% untuk masyarakat daerah perkotaan lebih banyak menderita hipertensi 31,7% jika dibandingkan dengan masyarakat daerah pedesaan 30,2% (kemenkes RI, 2017). Menurut (kemenkes kesehatan republik indonesia, 2017) data prevalensi penduduk indonesia secara nasional untuk keseluruhan sebanyak 30,9% sedangkan prevalensi penderita di jawa timur sebanyak 20,43% (dinas kesehatan jawa timur, 2017). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Pondok Pesantren Lansia di Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang diketahui 32 lansia yang mengalami tekanan darah tinggi.

Bertambahnya usia pada lansia membuat terjadinya perubahan struktural dan fungsional dalam tubuh. Salah satunya mengalami kerusakan seperti pada arteri yang mengalirkan darah dari jantung mengalami pengerasan sehingga tekanan darah semakin tinggi dan menyebabkan lansia mengalami hipertensi. meningkatnya tekanan darah pada suatu arteri bisa terjadi melalui beberapa cara, yaitu: jantung memompa lebih berat sehingga mengalirkan lebih banyak cairan pada setiap detiknya, arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku, sehingga tidak dapat mengembang pada saat memompa darah melalui arteri tersebut, karenanya darah pada setiap denyut jantung dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit dari pada biasanya dan menyebabkan naiknya

tekanan, inilah yang terjadi pada lanjut usia dimana dinding arteri telah menebal dan kaku karena arteriosklerosis. Dengan cara yang sama, tekanan darah juga meningkat pada saat terjadi vasokonstriksi, yaitu jika arteri kecil (arteriola) untuk sementara waktu mengkerut karena perangsangan saraf atau hormon didalam darah. Bertambahnya cairan dalam sirkulasi bisa menyebabkan meningkatnya tekanan darah, hal ini terjadi jika terdapat kelainan fungsi ginjal sehingga tidak mampu membuang sejumlah garam dan air dari dalam tubuh, volume darah dalam tubuh.

meningkat, sehingga tekanandarah juga meningkat, sebaliknya jika aktifitas memompa jantung berkurang, arteri mengalami pelebaran, banyak cairan keluar dari sirkulasi maka tekanan darah akan menurun (Savita, 2014).

Solusi yang tepat dalam menangani penurunan tekanan darah dengan pengobatan non farmakologi bisa dengan mendengarkan musik klasik *mozart*. Musik klasik *mozart* dipercaya mampu memberikan efek positif bagi kehidupan manusia berkat alunan nadanya (Hariyanto, 2017). Pengobatan terapi musik juga berfungsi menenangkan pikiran dan katarsis 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 (Nusela dan djaafar, 2010). Selain itu 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 (Champell, 2011) Peneliti dari *the neuro* melalui MRI scan membuktikan bahwa otak melepas zat dopamin hormon yang terkait dengan sistem otak, memberikan perasaan kenikmatan dan penguatan untuk memotivasi seseorang secara proaktif

melakukan kegiatan tertentu saat melakukan terapi musik dalam kapasitas yang tidak berlebihan (Natalina, 2013).

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul tentang pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Pondok Pesantren Lansia Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang.

Penelitian ini bertujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh terapi musik klasik *mozart* dapat menurunkan tekanan darah, khususnya pada lansia yang menderita tekanan darah tinggi.

## **BAHAN DAN METODA PENELITIAN**

Jenis penelitian ini, yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan desain penelitian menggunakan pendekatan metode *one group pre post test design. one group pre post test design* (Nursalam, 2008).

Populasi dari penelitian ini adalah semua lansia di Pondok Pesantren Lansia Desa Pulo Lor Kecamatan Jombang Kabupaten Jombang yang sehat jasmani dan rohani, berusia 45 – 74 tahun berjumlah 32 lansia.

Teknik sampling, yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dan metode *Simple random sampling*. Instrument penelitian menggunakan alat ukur SOP dan Tensimeter. Pengolahan data editing, coding, scoring, dan tabulating. Analisa data menggunakan Wilcoxon test.

## HASIL PENELITIAN

### Data Umum

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pada jenis kelamin di Pondok Lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang pada bulan Juli 2019

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase %
1.	Laki laki	5	20,0
2.	Perempuan	20	80,0
<b>Total</b>		<b>25</b>	<b>100</b>

Sumber data primer 2019

Tabel 5.1 diatas menunjukkan hasil bahwa distribusi responden berdasarkan jenis kelamin hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (80,0%).

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi berdasarkan umur di Pondok pesantren Lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang pada bulan Juli 2019

No	Umur	Frekuensi	Persentase %
1.	45-59 tahun	22	88,6
2.	60-74 tahun	3	12,0
3.	75-90 tahun	0	00,0
4.	≥ 90 tahun	0	00,0
<b>Total</b>		<b>25</b>	<b>100</b>

Sumber data primer 2019

Tabel 5.2 menunjukkan hasil bahwa distribusi responden berdasarkan umur hampir seluruhnya berumur 45-59 tahun sebanyak 22 orang (88,6%).

### Data Khusus

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* pada lansia di Pondok

Lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang pada bulan Juli 2019

No	Tekanan darah	Frekuensi	Persentase %
1	Normal	0	0
2	Prehipertensi	6	24,0
3.	Hipertensi stadium 1	13	52,0
4.	Hipertensi stadium 2	6	24,0
<b>Total</b>		<b>25</b>	<b>100</b>

Sumber data primer 2019

Tabel 5.3 diatas menunjukkan hasil bahwa distribusi responden tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* sebagian besar sebanyak 13 orang (52,0%).

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* pada lansia di Pondok Lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang pada bulan Juli 2019

No	Tekanan darah	Frekuensi	Persentase %
1.	Normal	4	16,0
2.	Prehipertensi	8	32,0
3.	Hipertensi stadium 1	12	48,0
4.	Hipertensi stadium 2	1	4,0
<b>Total</b>		<b>25</b>	<b>100</b>

Sumber data primer 2019

Tabel 5.4 diatas menunjukkan hasil bahwa distribusi responden tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* hampir dari setengahnya sebanyak 12 orang (48,0%).

Tabel 5.5 Tabulasi silang dan analisis tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* pada lansia di Pondok Lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang pada bulan Juli 2019

Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik <i>mozart</i>	Tekanan darah Sesudah diberikan terapi musik klasik <i>mozart</i>

	Normal	Prehipertensi	Hipertensi stadium 1	Hipertensi stadium 2
Prehipertensi	3	3	0	0
Hipertensi stadium I	1	5	7	0
Hipertensi stadium II	0	0	5	1
Jumlah	4	8	12	1

Sumber data primer 2019

Tabel 5.5 distribusi tabulasi silang tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik mozart menunjukkan hasil bahwa tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik mozart didapatkan prehipertensi 6 responden (24,0%) sesudah diberikan terapi musik klasik mozart menjadi normal 3 responden (50,0%). Tekanan darah sebelum terapi musik klasik mozart yang menunjukkan hipertensi stadium 1 sebanyak 13 responden (52,0%) sesudah diberikan terapi musik klasik mozart menjadi normal 1 responden (7,7%), prehipertensi 5 responden (38,5%), stadium 1 7 responden (53,8%). Hipertensi stadium 2 6 responden (24,0%) sesudah diberikan terapi musik klasik mozart menjadi hipertensi stadium 1 5 responden (83,3%), stadium 2 hanya 1 responden (16,7%).

Hasil uji statistik Wilcoxon Test diperoleh angka signifikan atau nilai P Value= 0,000 yang berarti <(0,05), maka H1 diterima yang berarti ada Pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok Lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang.

## PEMBAHASAN

### Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik Mozzart

Hasil penelitian pada tabel 5.3 tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik mozart pada lansia di Pondok lansia Darus syifa Kabupaten Jombang menunjukkan bahwa sebagian besar terjadi hipertensi

stadium 1 sebanyak 13 orang (52,0%).

Hasil penelitian pada tabel 5.3 menunjukkan sebagian besar responden mengalami hipertensi hipertensi stadium 1. Peneliti berpendapat bahwa keadaan ini banyak dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya faktor usia, insiden hipertensi meningkat sesuai dengan peningkatan usia. Usia berpengaruh pada barorese yang berpengaruh pada elastisitas dinding arteri. Musik memiliki kekuatan untuk mengonbati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang sehingga tekanan darah menjadi turun. Musik dapat meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spritual. Musik memiliki pengaruh besar terhadap pikiran sehingga tekanan darah bisa teratur Yulianti (Sufrida, 2006).

Hasil penelitian pada tabel 5.1 menunjukkan hampir seluruhnya sejumlah 20 orang (80,0%) berjenis kelamin perempuan.

Hasil penelitian pada tabel 5.1 peneliti berpendapat menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan cenderung mengalami hipertensi karena rata-rata perempuan akan mengalami peningkatan risiko tekanan darah setelah menopause. Wanita pada saat memasuki menopause mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormon estrogen yang selama ini melindungi pembuluh darah dari kerusakan. Efek perlindungan hormon estrogen dianggap sebagai penjelasan imunitas pada wanita setelah memasuki menopause, proses ini berlanjut dimana hormone estrogen tersebut berubah kuantitasnya sesuai umur wanita secara alami, yang mulai terjadi dari umur 55 tahun (Guyton dan Hall, 2014).

Hasil penelitian pada tabel 5.2 menunjukkan hampir seluruhnya 45-59 tahun sejumlah 22 responden (88,6%). Hasil penelitian pada tabel 5.2 peneliti berpendapat bahwa seseorang yang sudah memasuki lanjut usia dari umur 60 tahun merupakan usia yang mendekati akhir siklus

sampai akhir kehidupan. Pada masa ini seseorang mengalami kemunduran fisik. Proses ini adalah 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 sistem 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.

Kejadian hipertensi lebih cenderung dialami oleh lansia usia 60-74 tahun, karena katup jantung mulai menebal dan kaku sehingga kemampuan jantung menurun 1% setiap tahunnya, sehingga pembuluh darah kehilangan sensitivitas dan elastisitas pembuluh darah, yang mengakibatkan berkurangnya efektifitas pembuluh darah ferifer untuk oksigenasi yang bisa menyebabkan tekanan darah meninggi, karena meningkatnya resistensi dari pembuluh darah ferifer (Novitaningtyas, 2014).

#### **Tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik mozart**

Hasil penelitian pada tabel 5.4 tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik mozart pada lansia di Pondok lansia Darus syifa Kabupaten Jombang menunjukkan bahwa hampir dari setengahnya terjadi hipertensi stadium 1 sebanyak 12 orang (48,0%).

Hasil penelitian pada tabel 5.5 peneliti berpendapat bahwa musik bisa menjadikan badan, fikiran dan mental menjadi sehat. Sedangkan musik klasik bermanfaat membuat seseorang menjadi rileks, menimbulkan rasa nyaman, melepas rasa

sedih dengan kegembiraan, menurunkan tingkat stress, melepaskan rasa sakit. Terapi musik klasik mozart di lakukan sebagai terapi pada lansia untuk penurunan tekanan darah. 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 dapat 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 pada tabel 5.1 menunjukkan hampir seluruhnya sejumlah 20 orang (80,0%) berjenis kelamin perempuan. Wanita pada saat memasuki menopause wanita mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormon estrogen yang selama ini melindungi pembuluh darah dari kerusakan. Efek perlindungan hormon estrogen dianggap sebagai penjelasan imunitas pada wanita setelah memasuki menopause, proses ini berlanjut dimana hormone estrogen tersebut berubah kuantitasnya sesuai umur wanita secara alami, yang mulai terjadi dari umur 55 tahun (Guyton dan Hall, 2014).

Hasil penelitian pada tabel 5.2 menunjukkan hampir seluruhnya sejumlah 22 orang (88,6%) Usia 55-60 tahun. Hasil penelitian pada tabel 5.2 peneliti berpendapat bahwa seseorang yang sudah memasuki lanjut usia dari umur 60 tahun merupakan usia yang mendekati akhir siklus sampai akhir kehidupan. Masa menopause ini seseorang mengalami kemunduran fisik. Proses ini adalah 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 sistem

kardiovaskuler, massa jantung bertambah, vartikel-vartikel hipertropi sehingga peregangan jantung berkurang, kondisi ini disebabkan penumpukan lipofusin sehingga jaringan konduksi menjadi jaringan ikat, yang mengakibatkan peredaran darah terganggu. Kemampuan regeneratifnya yang terbatas mereka lebih rentan terhadap berbagai penyakit salah satunya penyakit hipertensi. Kejadian hipertensi lebih cenderung dialami oleh lansia usia 60-74 tahun, karena katup jantung mulai menebal dan kaku sehingga kemampuan jantung menurun 1% setiap tahunnya, sehingga pembuluh darah kehilangan sensitivitas dan elastisitas pembuluh darah, yang mengakibatkan berkurangnya efektifitas pembuluh darah ferifer untuk oksigenasi yang bisa menyebabkan tekanan darah meninggi, karena meningkatnya resistensi dari pembuluh darah ferifer (Novitaningtyas, 2014).

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 dan membuat prasaan seseorang menjadi tenang sehingga dapat mencegah atau menurunkan terjadinya hipertensi (Champell, 2011)

### **Pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang**

Hasil uji statistik Wilcoxon Test diperoleh angka signifikan atau nilai P Value= 0,000 yang berarti  $<(0,05)$ , maka H1 diterima yang berarti ada Pengaruh terapi musik klasik mozart terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang

Musik memiliki kekuatan untuk mengonbati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang. Musik dapat

meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spritual. 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, dan lain lain. Musik mempunyai tiga bagian yang penting yaitu beet, ritme dan harmonis. Beet dapat mempengaruhi roh. Setiap musik yang di dengarkan walaupun hal tersebut tidak sengaja di dengarkan akan berpengaruh pada otak. Dalam penelitian ini menggunakan terapi musik klasik mozart, 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. Hipertensi disebabkan oleh berapa hal diantaranya faktor usia, stres atau kecemasan. Ditempat penelitian ini ditunjukkan hampir seluruhnya respondennya usia 51-60 tahun dengan kejadian hipertensi stadium 1.

Musik bisa menjadikan badan, fikiran dan mental menjadi sehat. Sedangkan musik klasik bermanfaat membuat seseorang menjadi rileks, menimbulkan rasa nyaman, melepas rasa sedih dengan kegembiraan, Musik memiliki kekuatan untuk mengonbati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang sehingga tekanan darah menjadi turun. Musik dapat meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spritual. Musik memiliki pengaruh besar terhadap pikiran sehingga tekanan darah bisa teraratur Yulianti (Sufrida, 2006). 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 dapat 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).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Penelitian yang telah dilakukan dengan penjelasan hasil penelitian yang dijelaskan dalam bab sebelumnya, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

- a. Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik klasik *mozart* sebagian besar terjadi hipertensi stadium 1
- b. Tekanan darah sesudah diberikan terapi musik klasik *mozart* hampir dari setengahnya hipertensi stadium 1
- c. Ada pengaruh terapi musik klasik *mozart* terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di Pondok pesantren lansia Darus Syifa Kabupaten Jombang.

### **Saran**

- a. Bagi perawat  
Perawat diharapkan untuk dijadikan informasi sebagai salah satu terapi komplementer untuk mengatasi penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.
- b. Bagi peneliti selanjutnya  
Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengambil judul tentang pengaruh terapi musik klasik jawa terhadap penurunan tingkat sekala nyeri.

## **KEPUSTAKAAN**

- Azizah, 2011. Keperawatan lanjut usia. Yogyakarta: graha ilmu
- Dinkes, 2017. Profil kesehatan kabupaten jombang. Dinas kesehatan kabupaten jombang
- Djohan, 2006. Terapi Musik, Teori Dan Aplikasi. Yogyakarta : Galang Pres
- Erlisa, 2017. Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Pada Lansia Di Panti Werdha Pangesti Malang. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendedes Malang.
- Guyton dan Hall, 2014. Buku ajar fisiologi kedokteran. Edisi 12. Penerjemah: Ermita I, Ibrahim I. Singapura: Elsevier
- Kementrian Kesehatan RI. 2017. Pusat Data Dan Informasi : Jakarta Selatan
- Kuswati. 2015. Asuhan keperawatan gerontik. Yogyakarta: cv. andi
- Kandarini, Y. 2016. Tatalaksana Farmakologi Terapi Hipertensi, Ginjal hipertensi : perhimpunan nefrologi indonesia (PERNEFRI), indonesia society of nephology (InaSN)
- Khurnila, 2018. Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi Studi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Pulo Lor Kabupaten Jombang. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang
- Mubarok, 2017. Pengaruh Terapi Musik Klasik Jawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Upt Panti Werdha Mojopahit Mojokerto, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pemkab Jombang.
- Muttaqin, 2009. pengantar asuhan keperawatan klien dengan gangguan sistem kardiovaskuler. Jakarta: salemba medika
- Noviningtyas, 2014. Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin,

- Tingkat Pendidikan) Dan Aktifitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makam Haji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Nursalam, 2016. Konsep Dan Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : salemba medika
- Nurul, A 2017. Perbedaan Tekanan Darah sebelum Dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Klasik Mozart Pada Lansia Hipertensi Stadium I Di Desa Domowarih Karangploso Malang. Universitas Tribhuwana Tungadewi malang.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipt

