

## PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK (*MOZART*) KOMBINASI DENGAN KOMPRES HANGAT UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI

**Yora Nopriani<sup>1</sup>, Cindi Lia Ariska<sup>2</sup>**

STIKES Mitra Adiguna Palembang.

Komplek Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang 30114

Email : [yoranopriani90@gmail.com](mailto:yoranopriani90@gmail.com)<sup>1</sup>, [cindiliaariska9@gmail.com](mailto:cindiliaariska9@gmail.com)<sup>2</sup>

### ***Abstrak***

Menurut data World Health Organization (WHO), di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi. Penanganan hipertensi dan komplikasi akibat hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis untuk pasien hipertensi harus dikombinasikan dengan terapi non farmakologis seperti diet sehat, kontrol berat badan, dan olah raga teratur, latihan relaksasi, yoga, meditasi. Tujuan: untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik (mozart) kombinasi dengan kompres hangat untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Metode: Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Two group pretest and posttest design. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 - 31 Mei 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah 30 pasien yang mengalami hipertensi di Panti Sosial Usia Harapan Kita Palembang, teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan sampel sebanyak 30 responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pengumpulan data menggunakan observasi. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil: ada pengaruh terapi musik klasik (mozart) kombinasi dengan kompres hangat untuk menurunkan tekanan darah ( $p$  value = 0,002 dan 0,000). Saran: diharapkan dapat menjadi tambahan referensi yang dapat digunakan sebagai alternatif tindakan/terapi dalam program penanganan pengendalian penyakit tidak menular yaitu hipertensi.

**Kata Kunci : Hipertensi, Musik Klasik, Kompres Hangat**

### ***Abstract***

*According to data from the World Health Organization (WHO), around 972 million people worldwide or 26.4% of people in the world suffer from hypertension. Handling hypertension and complications due to hypertension can be done pharmacologically and non-pharmacologically. Pharmacological therapy for hypertensive patients should be combined with non-pharmacological therapies such as a healthy diet, weight control, and regular exercise, relaxation exercises, yoga, meditation. Objective: to determine the effect of classical music therapy (Mozart) in combination with warm compresses on reducing blood pressure in hypertensive patients. Methods: The research design used in this study was a two group pretest and posttest design. This research was conducted on 16 – 31 May 2022. The population in this study were 30 hypertension sufferers at the Harapan Kita Social Institution in Palembang, the sampling technique used purposive sampling with a sample of 30 respondents who were divided into 2 groups, namely the intervention group and the control group. . Collecting data using observation. Data analysis used univariate and bivariate analysis. Result: there is an effect of classical music therapy (Mozart) in combination with warm compresses on decreasing blood pressure ( $p$  value = 0.002 and 0.000). Suggestion: it is hoped that it can be an additional reference that can be used as an alternative action/therapy in a non-communicable disease control program, namely hypertension.*

**Keywords:** *Hypertension, Classical Music, Warm Compress*

## PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi (hipertensi) merupakan salah satu masalah kesehatan utama setiap negeri karena bisa menimbulkan penyakit jantung dan stroke otak yang mematikan. Gaya hidup membuat manusia sangat menyukai hal-hal instan, seperti makanan yang dimiliki kandungan lemak dan natrium tinggi. Selain itu, gaya hidup modern tidak jarang membuat manusia tertekan dengan segala rutinitas harian sehingga dapat menimbulkan stress, kebiasaan merokok, serta mengkonsumsi alkohol dan kafein berlebihan. Hipertensi berbahaya dianggap masalah kesehatan serius karena kedatangannya seringkali tidak kita sadari dengan beberapa gejala yang timbul, antara lain : Sakit kepala, lemas, masalah penglihatan, nyeri dada dan sesak nafas. Hal-hal tersebut dapat memicu timbulnya berbagai penyakit termasuk hipertensi dan jika terus bertambah parah tanpa disadari hingga mencapai tingkat yang mengancam hidup pasiennya (Febri *et al.*, 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Widiana & Ani, 2017).

Di Indonesia berdasarkan riset kesehatan dasar pada tahun 2017 prevalensi nasional hipertensi pada usia 55-64 tahun sebesar 45,9%, dan yang berusia 65 tahun keatas sebesar 57,6%, dan usia 75 tahun keatas sebesar 63,8% (Kemenkes RI, 2017). Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan angka kejadian hipertensi pada tahun 2016 sebanyak 138.743 kasus (104.716 terjadi pada usia > 55 tahun), pada tahun 2017 sebanyak 155.217 kasus (112.451 terjadi pada usia > 55 tahun).

Fenomena terjadinya penyakit hipertensi termasuk penyakit tidak menular yang memerlukan perhatian pemerintah, penyakit ini menyerang mulai usia muda sampai lanjut usia yang dapat menyebabkan komplikasi penyakit lain seperti penyakit ginjal kronik dan stroke serta dapat menyebabkan kematian (Yonata, 2016). Menurut data yang didapat dari Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang, jumlah lansia yang mengalami hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 20 orang, pada tahun 2020 sebanyak 22 orang dan pada tahun 2021 sebanyak 35 orang

Penanganan hipertensi dan komplikasi akibat hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis. Penanganan dengan terapi farmakologis terdiri atas pemberian obat antihipertensi yang memerlukan keteraturan waktu, dengan memperhatikan tempat, mekanisme kerja dan tingkat kepatuhan (Smeltzer & Bare, 2017).

Penanganan dengan terapi nonfarmakologis dapat dilakukan secara individual, diantaranya dengan menurunkan berat badan, mengatur pola makan, diet rendah garam harian, aktifitas fisik, mambatasi konsumsi alkohol, dan berhenti merokok (Pudiastuti, 2017).

Terapi farmakologis untuk pasien hipertensi harus dikombinasikan dengan terapi non farmakologis seperti diet sehat, kontrol berat badan, dan olah raga teratur karena dapat berpotensi memperbaiki kontrol tekanan darah dan bahkan dapat mengurangi kebutuhan obat. Olahraga teratur, latihan relaksasi, yoga, meditasi, ternyata juga sangat berguna untuk menurunkan tekanan darah dan mencegah terjadinya komplikasi akibat hipertensi (Tjay & Rahardja, 2015).

Terapi musik adalah penggunaan musik sebagai alat terapi untuk memperbaiki, memelihara, meningkatkan keadaan mental, fisik dan emosi. Bagi penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi, musik dapat dijadikan sebagai

terapi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah. Suatu proses yang menggabungkan antara aspek penyembuhan musik itu sendiri dengan kondisi dan situasi pada fisik atau tubuh, emosi, mental, spiritual, kognitif dan kebutuhan sosial seseorang. Merupakan suatu pengobatan secara holistik yang langsung menuju pada symptom penyakit sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Proses penyembuhan sepenuhnya tergantung pada kondisi klien, apakah seseorang benar-benar siap menerima proses secara keseluruhan (Siska & Ariska, 2021).

Menurut hasil penelitian penelitian Tangahu (2015), Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Bone Bolango. Desain penelitian pre eksperimental dengan rancangan One Group Pretest-Posttest. Sampel penelitian berjumlah 30 lansia dengan purposive sampling. Data dikumpul melalui lembar observasi dan dianalisis dengan uji wilcoxon. Didapatkan hasil sebagian besar lansia mengalami penurunan tekanan darah. Hasil statistik didapatkan signifikansi 0,001. Disimpulkan ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Bone Bolango (Siska & Ariska, 2021).

Secara ilmiah air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh. Hangatnya air membuat sirkulasi darah menjadi lancar. Oleh karena itu, penderita hipertensi dalam pengobatannya tidak hanya menggunakan obat-obatan, tetapi bisa menggunakan alternatif nonfarmakologis dengan menggunakan metode yang lebih mudah dan murah yaitu dengan menggunakan terapi rendam kaki air hangat yang bisa dilakukan di rumah. Air hangat mempunyai dampak fisiologis bagi tubuh sehingga rendam kaki air hangat dapat digunakan sebagai salah satu terapi yang dapat memulihkan otot sendi

yang kaku serta menyembuhkan stroke apabila dilakukan melalui kesadaran dan kedisiplinan (Kusumaastuti, 2018).

Daulay & Simamora., (2017) melakukan peneliti di Kelurahan Timbangon Kecamatan Padangsidimpuan Utara, jumlah penderita hipertensi di kelurahan Timbangon berjumlah 37 orang. Rata-Rata Penderita hipertensi di kelurahan Timbangon menggunakan pengobatan secara farmakologis. Penduduk kelurahan timbangon yang mengalami hipertensi belum atau tidak mengetahui pengobatan secara nonfarmakologis. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Intan Pratika 2013 dalam Pengaruh kompres hangat pada kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi diketahui bahwa sebagian besar responden yang berumur 41-50 tahun yaitu 16 responden (72,73%) mengalami hipertensi. Menurut Triyanto (2014), faktor usia sangat berpengaruh terhadap hipertensi karena dengan bertambahnya umur maka semakin tinggi mendapatkan risiko hipertensi. Insiden hipertensi makin meningkat dengan meningkatnya usia. Ini sering disebabkan oleh perubahan alamiah di dalam tubuh yang mempengaruhi jantung, pembuluh darah dan hormon.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan melalui wawancara secara langsung oleh peneliti kepada lima orang pasien hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang, empat orang pasien mengatakan belum pernah sama sekali melakukan terapi nonfarmakologis seperti terapi terapi music klasik (*Mozart*) kombinasi dengan kompres hangat untuk menurunkan tekanan darah penderita hipertensi sebagai salah satu pengobatan nonfarmakologis yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah. Satu orang pasien mengatakan hanya pernah sesekali melakukan rendam air hangat di panti

tetapi tidak melakukannya secara rutin (PSLU HK Palembang, 2021).

Hal yang biasa mereka lakukan untuk mengatasi tanda dan gejala hipertensi atau tekanan darah tinggi selama ini hanya dengan memberikan balsem serta cara farmakologis yaitu dengan memeriksakan diri ke sarana fasilitas kesehatan, karena mereka tidak mengetahui kemudahan lain yang bisa dilakukan untuk menurunkan tekanan darah. Kurangnya pengetahuan tentang cara nonfarmakologis sebagai salah satu bentuk modifikasi gaya hidup untuk menurunkan tekanan darah membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Kombinasi Dengan Kompres Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang”.

## METODE PENELITIAN

### Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif *Pre Experimental Design* dengan rancangan penelitian *two-group pre and post test design*

### Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16 - 31 Mei tahun 2022 di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang.

### Target/Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah 30 pasien yang mengalami hipertensi di Panti Sosial Usia Harapan Kita Palembang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 lansia yang menderita hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang. Peneliti menentukan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *Purposive Sampling*.

### Prosedur

Prosedur perlu dijabarkan menurut tipe penelitiannya. Bagaimana penelitian dilakukan dan data akan diperoleh, perlu diuraikan dalam bagian ini.

Penelitian dilakukan dengan membagi sampel menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi diberikan terapi musik klasik dan kompres hangat sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan kompres hangat.

### Data, Intrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara langsung dan lembar observasi yang dibagikan kepada responden.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat dengan uji t.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Kelompok Intervensi dan Kontrol di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang Tahun 2022

No	Jenis Kelamin	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	Laki-laki	2	13,3%	1	6,7
2	Perempuan	13	86,7%	14	93,3
	Total	15	100%	15	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 responden (86,7%), begitu juga pada kelompok kontrol sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 responden (93,3%).

### 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

### 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Merokok

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur pada Kelompok Intervensi dan Kontrol di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang Tahun 2022

No	Umur	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	60-69 tahun	12	80%	12	80%
2	70-79 tahun	3	20%	3	20%
	Total	15	100%	15	100%

Berdasarkan tabel atas diketahui bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi berumur 60-69 tahun sebanyak 12 responden (80%), begitu juga pada kelompok kontrol sebagian besar responden berumur 60-69 tahun sebanyak 12 responden (80%).

#### 4. Tekanan Darah Sistolik Pre dan Posttest

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sistolik Pre dan Post Hari ke 1 Sampai Hari ke 6 pada Responden Hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang Tahun 2022

Kelompok	Hari	Pretest		Post	
		Mean±SD	Median (min-max)	Mean±SD	Median (min-max)
Intervensi	1	149,67±2,968	150 (140-155)	148,33± 4,499	150 (140-155)
Intervensi	2	149,67±2,968	150 (140-155)	148,33± 4,499	150 (140-155)
Intervensi	3	148,33± 4,499	150 (140-155)	147,33 ± 4,577	150 (140-150)
Intervensi	4	148 ± 4,140	150 (140-150)	144,67 ± 7,432	150 (150-130)
Intervensi	5	147,67 ± 4,952	150 (140-155)	140,67 ± 7,037	140 (130-150)
Intervensi	6	144,67 ± 5,164	140 (150-140)	129,33 ± 8,837	130 (140-120)
Kontrol	1	148,67 ± 3,519	150 (150-140)	148 ± 4,140	150 (150-140)
Kontrol	2	148,67 ± 3,519	150 (150-140)	148,67 ± 3,519	150 (150-140)
Kontrol	3	148,67 ± 3,519	150 (150-140)	148,67 ± 3,519	150 (150-140)
Kontrol	4	148,33± 3,619	150 (150-140)	148 ± 4,140	150 (150-140)
Kontrol	5	146± 5,071	150 (150-140)	144,67 ± 5,164	150 (150-140)
Kontrol	6	145,33 ± 5,164	150 (150-140)	138 ± 4,140	140 (130-140)

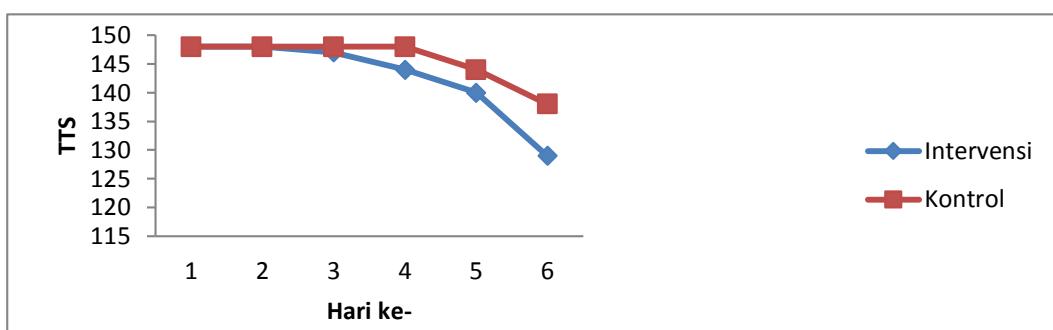
Berdasarkan tabel di atas diketahui dari 5 responden kelompok intervensi menunjukkan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik mulai hari ke 2 hingga hari ke 2, sedangkan dari 15 responden kelompok kontrol rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dimulai pada hari ke 5.

Grafik dari hasil post test hari ke 1 sampai ke-6 tekanan darah sistolik kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat dilihat ada grafik berikut ini:

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur pada Kelompok Intervensi dan Kontrol di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang Tahun 2022

No	Merokok	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	Ya	1	6,7%	1	6,7%
2	Tidak	14	93,3%	14	93,3%
	Total	15	100%	15	100%

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sebagian besar responden pada kelompok intervensi tidak merokok sebanyak 14 responden (93,3%), begitu juga pada kelompok kontrol sebagian besar responden tidak merokok sebanyak 14 responden (93,3%).



Grafik 1 Perubahan Tekanan Darah Sistolik Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol pada Post Test Hari Ke-1 Sampai Dengan Hari Ke-6

Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan grafik diatas bahwa pada kelompok intervensi terjadi penurunan tekanan darah sistolik pada hari ke 3 perlakuan, sedangkan pada kelompok terjadi penurunan tekanan darah sistolik pada hari ke-5.

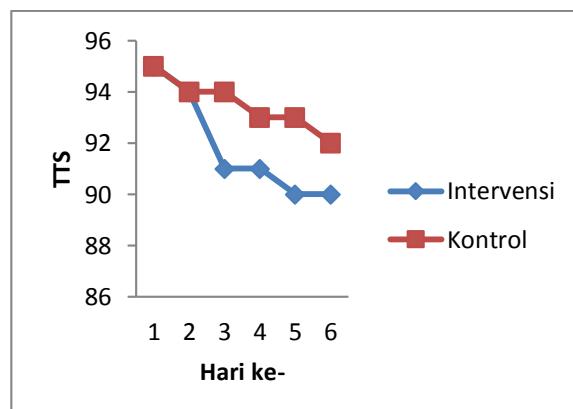
##### 5. Tekanan Darah Diastolik Pre dan Posttest

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Diastolik Pre dan Post Hari ke 1 Sampai Hari ke 6 pada Responden Hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang Tahun 2022

Kelompok	Hari	Pretest		Post	
		Mean+SD	Median (min-max)	Mean+SD	Median (min-max)
Intervensi	1	96,67+2,440	97 (90-99)	95,40+ 2,720	95 (90-99)
Intervensi	2	95,47+3,159	97 (90-99)	94,87+ 3,292	95 (90-99)
Intervensi	3	94,53+3,523	95 (90-99)	91,53+ 3,292	90 (90-99)
Intervensi	4	91,53+3,292	90 (90-99)	91,53+ 3,292	90 (90-99)
Intervensi	5	90,60+2,324	90 (90-99)	90,33+ 1,291	90 (90-95)
Intervensi	6	90,93+2,576	90 (90-99)	90,33+ 1,291	90 (90-95)
Kontrol	1	95,47+4,224	99 (90-99)	95,47+ 4,224	99 (90-99)
Kontrol	2	90,33+1,291	90 (90-95)	90,33+ 1,291	90 (90-95)
Kontrol	3	90,67+1,759	90 (90-95)	90,33+ 1,291	90 (90-95)
Kontrol	4	90,33+1,291	90 (90-95)	90,67+ 1,759	90 (90-95)
Kontrol	5	90,67+4,254	90 (90-95)	93,03+ 4,079	90 (90-99)
Kontrol	6	93,13+3,739	90 (90-99)	92,67+ 2,582	95 (90-95)

Berdasarkan tabel diatas diketahui dari 15 responden kelompok intervensi menunjukkan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik mulai hari ke 2 hingga hari ke 6, sedangkan dari 15 responden kelompok kontrol rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dimulai pada hari ke 2.

Grafik dari hasil post test hari ke 2 sampai ke-6 tekanan darah diastolik kelompok intervensi dan kelompok kontrol dapat dilihat pada Grafik berikut ini:



Grafik 2 Perubahan Tekanan Darah Diastolik Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol pada Post Test Hari Ke-1 Sampai Dengan Hari Ke-6  
Sumber: Data Primer (2022)

Berdasarkan Grafik 4.2 bahwa pada kelompok intervensi terjadi penurunan tekanan darah diastolik pada hari ke 2 perlakuan, sedangkan pada kelompok kontrol terjadi penurunan tekanan darah sistolik pada hari ke-2.

Tabel 6 Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	Hasil uji normality
1	Pre test sistolik intervensi	,112
2	Pre test diastolik intervensi	,058
3	Post test sistolik intervensi	,106
4	Post test diastolik intervensi	,072
5	Pre test sistolik kontrol	,184
6	Pre test diastolik kontrol	,100
7	Post test sistolik kontrol	,241
8	Post test diastolik kontrol	,054

Hasil uji normalitas diperoleh semua nilai  $p$  value pada kelompok penelitian  $> \alpha = 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, maka analisa bivariat menggunakan uji *paired sample t test*.

Tabel 7 Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Kombinasi Dengan Kompres Hangat Untuk Menurunkan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang Tahun 2022

Variabel	Kelompok		Mean Difference	$p$ value		
	Intervensi					
	Mean+ SD	Mean+ SD				
TD Sistolik	129,33±8,837	138± 4,140	- 8,667	0,002		
TD Diastolik	90,33± 1,291	92,67± 2,582	- 2,333	0,000		

Dari tabel di atas didapatkan bahwa dari 15 responden nilai rata-rata tekanan darah sistolik kelompok intervensi adalah 129,33 dengan standar deviasi 8,837 sedangkan nilai rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok kontrol sebesar 138 dengan standar deviasi 4,140, selisih nilai mean antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebesar -8,667 yang berarti nilai rata-rata tekanan darah pada kelompok intervensi lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol. Sedangkan dari 15 responden pada kelompok intervensi nilai rata-rata tekanan darah diastolik adalah 90,33 dengan standar deviasi 1,291 sedangkan nilai rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol sebesar 92,67 dengan standar deviasi 2,582, selisih nilai mean antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebesar -2,333 yang berarti nilai rata-rata tekanan darah pada kelompok intervensi

lebih rendah -2,333 dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Hasil uji statistik diketahui nilai  $p$  value = 0,002 (sistolik) dan 0,000 (diastolik)  $<$  dari  $\alpha = 0,05$ . Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa nilai  $p$  value = 0,010 dan 0,029  $<$  dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti bahwa Ha diterima sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Kombinasi Dengan Kompres Hangat untuk menurunkan tekanan darah.

## Pembahasan

### 1. Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Kombinasi Dengan Kompres Hangat untuk menurunkan tekanan darah

Hasil penelitian diketahui bahwa dari 15 responden nilai rata-rata tekanan darah sistolik kelompok intervensi adalah 129,33 dengan standar deviasi 8,837 sedangkan nilai rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok kontrol sebesar

138 dengan standar deviasi 4,140, selisih nilai mean antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebesar -8,667 yang berarti nilai rata-rata tekanan darah pada kelompok intervensi lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol. Sedangkan dari 15 responden pada kelompok intervensi nilai rata-rata tekanan darah diastolik adalah 90,33 dengan standar deviasi 1,291 sedangkan nilai rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol sebesar 92,67 dengan standar deviasi 2,582, selisih nilai mean antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebesar -2,333 yang berarti nilai rata-rata tekanan darah pada kelompok intervensi lebih rendah -2,333 dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Hasil uji statistik diketahui nilai  $p$  value = 0,002 (sistolik) dan 0,000 (diastolik) < dari  $\alpha = 0,05$ . Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa nilai  $p$  value = 0,010 dan 0,029 < dari  $\alpha = 0,05$  yang berarti bahwa Ha diterima sehingga disimpulkan bahwa ada perbedaan Terapi Musik Klasik (*Mozart*) Kombinasi Dengan Kompres Hangat untuk menurunkan tekanan darah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Sumantri (2019) dan Turana (2018), musik untuk terapi membantu penyembuhan dari dalam, misalnya mengatasi depresi. Dengan membantu memperbaiki kondisi depresi, pasien diharapkan mau berobat. Kemauan melawan penyakit akan memperbaiki kualitas hidup pasien, yang menentukan kesembuhannya. 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 pasiendan juga menurunkan kecemasan ataupun rasa tekanan yang diperoleh, yang menjadi salah satu penyebab meningginya tekanan darah seseorang atau hipertensi.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori Siska dan Ariska (2021),

terapi musik adalah penggunaan musik sebagai alat terapi untuk memperbaiki, memelihara, meningkatkan keadaan mental, fisik dan emosi. Bagi penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi, musik dapat dijadikan sebagai terapi yang efektif untuk menurunkan tekanan darah. Suatu proses yang menggabungkan antara aspek penyembuhan musik itu sendiri dengan kondisi dan situasi pada fisik atau tubuh, emosi, mental, spiritual, kognitif dan kebutuhan sosial seseorang. Merupakan suatu pengobatan secara holistik yang langsung menuju pada symptom penyakit sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Proses penyembuhan sepenuhnya tergantung pada kondisi klien, apakah seseorang benar-benar siap menerima proses secara keseluruhan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Peni (2018) pasien hipertensi dalam pengobatannya tidak hanya dapat dilakukan dengan terapi farmakologis obat-obatan melainkan bisa menggunakan tindakan alternatif non farmakologis dengan menggunakan metode yang lebih murah dan mudah yaitu dengan menggunakan metode terapi kompres hangat. Kompres hangat dapat digunakan sebagai salah satu terapi yang dapat memulihkan otot sendi yang kaku serta dapat menurunkan tekanan darah apabila dilakukan secara sadar dan disiplin.

Menurut Flona (2018) bahwa mengompres hangat dengan suhu 38°C selama minimal 10 menit dengan menggunakan aromatherapy mampu meredakan ketegangan otot dan menstimulus produksi kelenjar otak yang membuat tubuh terasa lebih tenang dan rileks. Penelitian terkait juga dilakukan Khotimah (2017) bahwa kompres hangat dapat memperbaiki mikrosirkulasi pembuluh darah dan vasodilatasi.

Hal ini sesuai dengan teori Ilkafah (2016), hidroterapi dianggap dapat menurunkan tekanan darah jika dilakukan dengan rutin. Jenis hidroterapi yang dipilih adalah kompres hangat. Secara ilmiah air

hangat mempunyai manfaat fisiologis bagi tubuh dan berdampak pada pembuluh darah dimana air hangat membuat sirkulasi menjadi lancar, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler. Prinsip kerja kompres hangat dengan mempergunakan air hangat yaitu secara konduksi dimana terjadi perpindahan panas atau hangat dari air hangat ke dalam tubuh akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan penurunan ketegangan otot sehingga dapat melancarkan peredaran darah yang akan mempengaruhi tekanan arteri oleh baroreseptor pada sinus kortikus dan arkus aorta yang akan menyampaikan impuls yang dibawa serabut saraf yang membawa isyarat dari semua bagian tubuh untuk menginformasikan kepada otak perihal tekanan darah, volume darah dan kebutuhan khusus semua organ ke pusat saraf simpatik ke medulla sehingga akan merangsang tekanan sistolik yaitu regangan otot ventrikel akan merangsang ventrikel untuk segera berkontraksi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Daulay & Simamora., (2017) melakukan peneliti di Kelurahan Timbangan Kecamatan Padangsidimpuan Utara, jumlah penderita hipertensi di kelurahan Timbangan berjumlah 37 orang. Rata-Rata Penderita hipertensi di kelurahan Timbangan menggunakan pengobatan secara farmakologis. Penduduk kelurahan timbangan yang mengalami hipertensi belum atau tidak mengetahui pengobatan secara nonfarmakologis. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Intan Pratika 2013 dalam Pengaruh kompres hangat pada kaki menggunakan air hangat terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi diketahui bahwa sebagian besar responden yang berumur 41-50 tahun yaitu 16 responden (72,73%) mengalami hipertensi. Menurut Triyanto (2014), faktor usia sangat berpengaruh terhadap hipertensi karena dengan

bertambahnya umur maka semakin tinggi mendapatkan risiko hipertensi. Insiden hipertensi makin meningkat dengan meningkatnya usia. Ini sering disebabkan oleh perubahan alamiah di dalam tubuh yang mempengaruhi jantung, pembuluh darah dan hormon.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Permady (2015), setelah dilakukan terapi rendam kaki dengan air hangat 3 kali perlakuan (posttest O2, O3, O4) pada pasien dengan hipertensi di Puskesmas Bahu Manado dilakukan perbandingan 3 mean tekanan darah sistolik posttest menggunakan uji korelasi non parametrik uji Friedman didapatkan rata ± rata tekanan darah sistolik pada posttest O2 sebesar 136,47 mmHg dengan standar deviasi 11, 695, pada posttest O3 sebesar 136,47 mmHg dengan standar deviasi 8,618, dan pada posttest O4 sebesar 134,12 mmHg dengan standar deviasi 12,277. Pada uji Friedman didapatkan  $P\text{-value} = 0,689 > 0,05$ ), maka tidak terdapat perbedaan antara hasil tekanan darah sistolik setelah terapi rendam kaki dengan air hangat pertama, kedua dan ketiga (posttest O2, O3, O4). Penelitian ini senada dengan Damayanti (2014) dalam jurnal penelitiannya tentang perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan hidroterapi rendam hangat pada penderita hipertensi di desa kebondalem kecamatan jambu kabupaten semarang, yaitu hasil penelitian sesudah dilakukan hidroterapi rendam hangat tekanan darah sistolik paling rendah sebesar 110 mmHg dan paling tinggi sebesar 160 mmHg dengan rata-rata sebesar 133,7 mmHg. Penelitian yang telah dilakukan didapatkan jumlah penurunan tekanan darah responden ada yang penurunannya banyak dan ada juga yang penurunannya sedikit. Hal ini dikarenakan setiap individu memiliki respon tubuh yang berbeda-beda terhadap hidroterapi rendam hangat. Air hangat akan merangsang dilatasi atau pelebaran pembuluh darah sehingga peredaran darah

menjadi lancar yang akan mempengaruhi tekanan dalam ventrikel. Aliran darah menjadi lancar sehingga darah dapat ter dorong ke dalam jantung dan dapat menurunkan tekanan sistolik. Saat ventrikel berelaksasi, tekanan dalam ventrikel turun drastis, akibat aliran darah yang lancar sehingga menurunkan tekanan diastolik.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa pemberian terapi musik klasik dikombinasikan dengan kompres hangat lebih efektif dibandingkan dengan pemberian kompres hangat saja, karena pemberian kompres hangat disertai pemberian terapi musik klasik dapat menurunkan tekanan darah lebih efektif dikarenakan musik klasik dapat membantu tubuh mengeluarkan hormon endorphin yang dapat membantu penderita hipertensi merasa rileks, mengurangi kecemasan dan depresi sehingga terjadi penurunan tekanan darah ditambah dengan pemberian kompres hangat yang dapat memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar dan dapat mengurangi tekanan darah.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada lansia penderita hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang pada tanggal 16-31 Mei Tahun 2022 dapat disimpulkan sebagai berikut: Ada pengaruh terapi musik klasik (*mozart*) kombinasi dengan kompres hangat untuk menurunkan tekanan darah (*p value* = 0,002 dan 0,000).

## SARAN

Waktu pelaksanaan dimaksimalkan lagi untuk memperoleh hasil yang lebih baik dengan jumlah sampel lebih banyak lagi dan kategori sampel yang lebih spesifik lagi serta, metode penelitian lainnya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada yang terhormat :

1. Ibu Diana H. Soebyakto, M.Kes, selaku ketua STIKES Mitra Adiguna Palembang.
2. Ibu Sri Emilda, SKM, SST, M.Kes, selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Mitra Adiguna Palembang.
3. Bapak Drs. Bambang B Soebyakto, MA, PhD selaku Wakil Ketua II Bidang Non Akademik STIKES Mitra Adiguna Palembang.
4. Ibu Ns. Leni Wijaya, S.Kep, M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang, sekaligus sebagai penguji I dalam penyusunan skripsi.
5. Ibu Ns. Yora Nopriani, S.Kep, M.Kep, selaku pembimbing dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Ns. Oscar Ari Wirsyansyah, S.Kep, M.Kep, selaku penguji II dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan ibu beserta Staf Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Adiguna Palembang.

## DAFTAR PUSTAKA

Daulay, N. masraini, & Simamora, F. A. (2017).

*Pengaruh Rendam Kaki Dengan Air Hangat Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Timbangan Tahun 2017.* 2(7), 229–235. <https://jurnal.stikes-aufa.ac.id/index.php/health/article/view/1>

11

Dinkes Sumsel. (2017). *Profil Kesehatan Masyarakat*. Palembang: Dinkes

Herawati, Netty. (2018). *Pengaruh terapi musik terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada lansia dengan Hipertensi di Kelurahan Simpang Rumbio Wilayah*

*Kerja Puskesmas KTK Kota Solok. Jurnal Menara Ilmu Vol. XII No 3 Hal.91-98*

Ismarina D. (2015). *Efektivitas perubahan tekanan darah lansia penderita hipertensi setelah melakukan terapi musik klasik dengan relaksasi autogenic.* Jurnal. FK Unsri

Kemenkes RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia.* Jakarta: Kemenkes

Mahatidana, A. (2017). *Pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah lansia penderita hipertensi.* Jurnal Univ. Lampung

Manurung, N. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah Konsep, Mind Mapping dan NANDA NIC NOC.* Jakarta: TIM.

Pratama,F.M. (2020). *Pengaruh terapi musik klasik terhadap perubahan tekanan darah pada penderita Hipertensi.* Jurnal Univ. Muhammadiyah Surakarta.

Profil Panti Sosial Lanjut Usia Harapan

Kita Palembang tahun 2021.Siska, F., & Ariska, C. L. (2021). *Pengaruh Terapi Mozart Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Grade I Di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang.* Jurnal Kesehatan Masyarakat, 14(1), 354–365. <https://doi.org/10.47317/jkm.v14i1.320>