

## **PENGARUH INTERVENSI TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP TEKANAN DARAH DAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DIRUANG HEMODIALISA**

**Yora Nopriani <sup>1</sup>, Ecy Xesti <sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi S1 Keperawatan, <sup>2</sup>RSUD Siti Fatimah Azzahra Sumatera Selatan  
Komplek Kenten Permai Blok J No. 9-12 Bukit Sangkal Palembang 30114  
Email: yoranopriani90@gmail.com<sup>1</sup>, Ecyxesti789@gmail.com<sup>2</sup>

### **ABSTRAK**

Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun ke atas dan tubuh semakin rentan terhadap serangan penyakit seperti hipertensi serta gangguan pola tidur. Salah satu upaya untuk mengatasi masalah tersebut yakni dengan menggunakan terapi musik klasik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh intervensi terapi musik klasik terhadap tekanan darah dan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi. Metode penelitian ini menggunakan metode desain Pre Eksperimen dengan rancangan one group pre post test design. Populasi pada penelitian ini sebanyak 46 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling. Hasil penelitian di dapat hasil uji statistic non parametrik (wilcoxon) sign rank adalah p value 0,000 ( $< 0,05$ ) yang berarti menunjukkan adanya pengaruh intervensi terapi music klasik terhadap tekanan darah dan kualitas tidur pada lansia. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat di jadikan referensi serta menjadi pilihan terapi non farmakologi untuk penatalaksanaan hipertensi dan gangguan kualitas tidur.

**Kata Kunci : Terapi Musik, Tekanan Darah, Kualitas Tidur**

### **ABSTRACT**

*An elderly person is someone who has reached the age of 60 years and above and whose body is increasingly susceptible to diseases such as hypertension and sleep disorders. One effort to address these problems is through the use of classical music therapy. The purpose of this study was to determine the effect of classical music therapy intervention on blood pressure and sleep quality in elderly people with hypertension. This research method used a pre-experimental design with a one-group pre-post test design. The population in this study was 46 respondents. Sampling was carried out using a total sampling technique. The results of the study obtained a non-parametric statistical test (Wilcoxon sign-rank test) with a p-value of 0.000 ( $< 0.05$ ), indicating an effect of classical music therapy intervention on blood pressure and sleep quality in the elderly. It is hoped that the results of this study can be used as a reference and as an option for non-pharmacological therapy for the management of hypertension and sleep disorders.*

**Keywords: Music Therapy, Blood Pressure, Sleep Quality**

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan keadaan medis dimana kondisi pembuluh darah mengalami peningkatan tekanan yang persisten. secara klinis hipertensi dapat didefinisikan sebagai keadaan peningkatan tekanan darah di atas batas yang telah ditetapkan oleh suatu panduan. (Phebe hendra, 2021). Hipertensi merupakan gangguan sistem kardiovaskuler yang paling umum dan menjadi salah satu penyakit paling sering secara global. (Andrianto, 2022). Selain itu hipertensi juga dapat mempengaruhi kualitas tidur yang mana tidur dapat diartikan sebagai kondisi istirahat yang diperlukan oleh makhluk hidup dan bersifat alami, serta melibatkan hilangnya kesadaran makhluk hidup selama tidur berlangsung dan kesadaran tersebut dapat kembali lagi dalam wujud bangun dari tidur. (Saifuddin, 2024)

Menurut (WHO 2023), Penyakit hipertensi ini diperkirakan ada 1.28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut, kurang dari separuh orang dewasa 42% yang menderita hipertensi terdiagnosis dan terobati, sekitar 1 dari 5 orang dewasa 21% yang menderita hipertensi dapat mengendalikannya, hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini diseluruh dunia. Salah satu target global untuk mengurangi prevalensi hipertensi hingga 33% antara tahun 2010 dan 2023.

Faktor resiko terjadinya hipertensi terdiri dari faktor yang dapat di modifikasi yakni diet, obesitas, olahraga/aktivitas, stress, dan gaya hidup. sedangkan faktor yang tidak dapat dimodifikasi yakni riwayat keluarga/keturunan, jenis kelamin, dan umur. (Kurnia, 2020).

Penatalaksanaan resiko tinggi hipertensi bisa dilakukan dengan terapi non farmakologi yaitu terapi dengan mendengarkan musik klasik. Jenis musik ini dapat diberikan dalam bentuk bunyi-bunyian, ritme, melodi, dan harmoni yang mampu membangkitkan emosi serta membuat suasana hati menjadi bahagia, menghilangkan stress, dan memberikan relaksasi, (Yuda *et al.*, 2023). Saat mendengarkan musik tubuh menjadi rileks sehingga merangsang sistem saraf otonom untuk mensekresikan endorfin dan serotonin. Selain itu, konsentrasi hormone kortisol menurun dan menstimulus dalam menghasilkan nitrat oksida. Hal ini akan menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah, (Saputra *et al.*, 2024).

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode desain *Pre Eksperimen* dengan rancangan *one group pre post test design*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 46 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan data primer, data sekunder dan kuesioner *PSQI*. Teknik analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat yang dianalisa dengan uji *Wilcoxon*.

## JENIS PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan dianalisa menggunakan metode statistik SPSS.

## WAKTU DAN TEMPAT PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit *Charitas* Km 7 Palembang pada 13 Desember 2024 sampai 3 Februari 2025.

## TARGET/SUBJEK PENELITIAN

Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah lansia usia >45 tahun yang menderita hipertensi di ruang hemodialisa rumah sakit *charitas* km 7 Palembang pada tahun 2023 hingga november 2024 sebanyak 48 pasien. Sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan metode *total sampling* yaitu dimana semua populasi dijadikan sampel. Sampel pada penelitian ini berjumlah 46 responden 2 responden tidak sesuai dengan kriteria inklusi.

## PROSEDUR

Penelitian ini dimulai dari pengajuan izin penelitian dari STIKES Mitra Adiguna Palembang, kemudian ditujukan ke Rumah Sakit *Charitas* Km 7 Palembang. Selanjutnya dilakukan studi pendahuluan dan observasi lapangan. Menentukan responden dengan tehnik *total Sampling*, selanjutnya informed consent, pre test, intervensi, observasi, evaluasi, simpulan dan olah data dengan SPSS.

## DATA, INSTRUMEN DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Dalam penelitian ini menggunakan data sekunder dan primer, instrumen menggunakan musik klasik (<https://youtu.be/DQPrvrFAziE?si=eldSRDQA47CAZAcA>), headphone, sphygmomanometer digital, SOP pemberian terapi musik klasik, Kuesioner PSQI. Teknik pengumpulan data yakni dengan wawancara, observasi, kuesioner, dan dokumentasi.

## TEKNIK ANALISA DATA

Analisa univariat yang dideskripsikan dalam penelitian ini adalah tabel frekuensi dan persentase usia, jenis kelamin responden, tingkat pendidikan, tingkat kualitas tidur, tekanan darah responden.

Analisa bivariate yang digunakan uji normalitas pada tabel *Shapiro wilk* dan menggunakan uji non parametric Wilcoxon.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Uji normalitas

#### Table shapirowilk

| Kelompok                         | Statistik | N  | P.value | Keterangan  |
|----------------------------------|-----------|----|---------|-------------|
| Tekanan Darah Sistolik Pretest   | .957      | 46 | .086    | Normal      |
| Tekanan Darah Sistolik Posttest  | .937      | 46 | .016    | Tidak Norma |
| Tekanan Darah Diastolik Pretest  | .948      | 46 | .040    | Tidak Norma |
| Tekanan Darah Diastolik Posttest | .956      | 46 | .083    | Normal      |
| Kualitas Tidur Pretest           | .948      | 46 | .039    | Tidak Norma |
| Kualitas Tidur Observasi Ke 2    | .948      | 46 | .039    | Tidak Norma |
| Kualitas Tidur Observasi Ke 3    | .807      | 46 | .000    | Tidak Norma |
| Kualitas Tidur Posttest          | .632      | 46 | .000    | Tidak Norma |

Berdasarkan tabel di atas, uji normalitas dengan menggunakan *shapiro wilk* diketahui bahwa nilai signifikansi untuk tekanan darah sistolik pre-test 0.086 (p. value > 0.05) tekanan darah sistolik post-test 0.016 (p. value < 0.05), tekanan darah diastolik pre-test 0.040 (p. value < 0.05), tekanan darah diastolik post-test 0.083 (p. value > 0.05), kualitas tidur pre-test 0.039 (p. value < 0.05), kualitas tidur post-test 0.000 (p. value < 0.05) yang berarti bahwa data terdistribusi tidak normal, sehingga untuk analisis bivariat menggunakan non parametrik, yaitu uji *wilcoxon* dimana batas kemaknaan ( $\alpha = 0,05$ ).

**Uji Bivariate**  
**Table uji Wilcoxon**

| Variabel                         | N  | Median | P value |
|----------------------------------|----|--------|---------|
| Tekanan Darah Sistolik Pretest   | 46 | 166.00 | 0.00    |
| Tekanan Darah Sistolik Posttest  | 46 | 145.50 |         |
| Tekanan Darah Diastolik Pretest  | 46 | 102.00 |         |
| Tekanan Darah Diastolik Posttest | 46 | 93.50  |         |
| Kualitas Tidur Pretest           | 46 | 14.00  |         |
| Kualitas Tidur Observasi Ke 2    | 46 | 14.00  |         |
| Kualitas Tidur Observasi Ke 3    | 46 | 7.50   |         |
| Kualitas Tidur Posttest          | 46 | 4.00   |         |

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai signifikan hasil uji statistic non parametrik (*wilcoxon*) adalah *p value* 0,000 (< 0,05) yang berarti menunjukkan adanya pengaruh intervensi terapi music klasik terhadap tekanan darah sistolik. Sedangkan hasil *p value* tekanan darah diastolik sebesar 0,000 (< 0,05) yang berarti adanya pengaruh intervensi terapi music klasik terhadap tekanan darah diastolik. Hasil *p value* kualitas tidur 0,000 (< 0,05) yang berarti adanya pengaruh intervensi terapi music klasik terhadap kualitas tidur. Di dapat hasil uji statistic non parametrik (*wilcoxon*) *sign rank* adalah *p value*

0,000 (< 0,05) yang berarti menunjukkan adanya pengaruh intervensi terapi music klasik terhadap tekanan darah dan kualitas tidur pada lansia. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat di jadikan referensi serta menjadi pilihan terapi non farmakologi untuk penatalaksanaan hipertensi dan gangguan kualitas tidur.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya yang dilakukan pada 46 responden tentang Pengaruh Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Dan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi Diruang Hemodialisa Rumah Sakit *Charitas* Km 7 Palembang maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Usia responden mayoritas middle age (45- 59 tahun) sebanyak 39 responden (84.8%)
2. Jenis kelamin responden sebagian besar laki-laki sebanyak 27 responden (58.7 %).
3. Tingkat Pendidikan responden sebagian besar SMA sebanyak 25 responden (54.3%).
4. Tingkat **tekanan darah *pre-test* sistolik** dengan kategorik HIPERTENSI TINGKAT II sebanyak 35 responden (76.1%). Setelah ***pos test*** mengalami perubahan menjadi kategorik HIPERTENSI STAGE I yakni sebanyak 30 responden (65.2%). **Frekuensi kategorik *pre-test* diastolic** dengan kategorik HIPERTENSI TINGKAT II sebanyak 31 responden (67.4%). Setelah ***pos test*** mengalami perubahan menjadi kategorik HIPERTENSI

STAGE I sebanyak 30 responden (65.2%).

5. Tingkat kualitas tidur *pre test* didapat hasil dengan kategori buruk (6-21) sebanyak 46 responden (100.0%). Setelah *pos test* mengalami perubahan menjadi kategorik baik ( $\leq 5$ ) sebanyak 38 responden dengan persentase (82.6%).

Terdapat perbedaan signifikan terhadap tekanan darah dan kualitas tidur sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi music klasik. Setelah dilakukan uji bivariate dengan hasil uji statistic non parametrik (*wilcoxon*) *sign rank* adalah *p value* 0,000 ( $< 0,05$ ) yang berarti menunjukkan adanya pengaruh intervensi terapi music klasik terhadap tekanan darah dan kualitas tidur pada lansia.

## SARAN

### 1. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan dalam melakukan penanganan pengobatan pasien hipertensi selain menggunakan obat-obatan yang sudah diterapkan selama ini, petugas kesehatan juga menyarankan kepada pasien untuk melakukan terapi non farmakologi yang sudah terbukti manfaatnya untuk pengobatan hipertensi seperti intervensi terapi musik klasik.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian serupa dengan menggunakan sampel yang lebih banyak lagi serta menggunakan terapi non farmakologi yang lain, sehingga lebih banyak lagi pengobatan komplementer non

farmakologi yang dapat diterapkan pada pasien.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penulisan jurnal ini penulis menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dan masih jauh dari sempurna, baik dari teknik penulisan maupun dari segi materi. penulis banyak mendapat bantuan, pengarahan, bimbingan, dorongan ataupun saran-saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada para dosen dan rekan yang telah banyak membantu.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andrianto. (2022). *Buku ajar menangani hipertensi*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Badan Pusat Statistik Sumatera Selatan. (2023). *Prevalensi hipertensi di Sumatera Selatan tahun 2023.*, from <https://bps.sumsel.go.id>
- Carson. (2020). *Asuhan keperawatan*. Jakarta: Erlangga.
- Firdawati, L. (2021). *Efektivitas suggestopedia menggunakan musik klasik*. Purwokerto: CV. Tatakata Grafika.
- Hendra, P. (2021). *Teori dan kasus manajemen terapi hipertensi*. Yogyakarta: Sanata Dharma University Press.
- Kurnia, A. (2020). *Self-management hipertensi*. Surabaya: CV. Jakad Media Publishing.
- Marni. (2023). *Penatalaksanaan hipertensi*. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management.

- Nurhidayat, S. (2015). *Asuhan keperawatan pada pasien hipertensi*. Ponorogo: UNMUH Ponorogo Press.
- Pegayang, Z. (2023). Pengaruh terapi musik klasik instrumen piano terhadap kualitas tidur pada lansia di Panti Werdha Damai Ranomuut. *Watson Journal of Nursing*.
- Pratama, M. F. (2020). *Pengaruh pemberian terapi musik klasik terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi* (Disertasi doktoral). Surakarta.
- Puspitasari. (2023). *Buku ajar keperawatan gerontik*. Jambi: PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Unger. (2020). *Penatalaksanaan hipertensi*. Pekalongan: PT. Nasya Expanding Management.
- Widiyono. (2022). *Buku ajar terapi komplementer*. Kediri: Lembaga Chakra Brahamanda Lentera