

The Influence of Danu Suci Gus Teja's Instrumental Music on Hypertension in the Elderly in Pucaksari Village

Pengaruh Musik Instrumental Danu Suci Gus Teja Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Desa Pucaksari

Ni Made Intan Dwani Anantra¹, I Wayan Artana², Si Putu Agung Ayu Pertiwi Dewi³

^{1,2,3} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali

intananantra180@gmail.com

Hypertension can have bad effects if handled improperly. These impacts include stroke, heart disease, epilepsy, and glaucoma, so this disease needs proper treatment. Hypertension treatment can be done with pharmacological and non-pharmacological treatment. One of the non-pharmacological treatments is listening to instrumental music. This study aimed to determine Gus Teja's Danu Suci instrumental music influence on hypertension in the elderly in Pucaksari Village, Busungbiu, Buleleng. This study used the experimental method with Pretest-Posttest with 40 elderlies as a sample and was selected by purposive sampling. The data collection method used an observation sheet, and the blood pressure measurement device used a digital Sphygmomanometer, then analyzed using the Wilcoxon statistical test. The study's results showed that the average systolic blood pressure before and after listening to instrumental music was 11.78, while the average difference in diastolic blood pressure was 7.75. Gus Teja's Danu Suci instrumental music can significantly reduce systolic blood pressure in older adults in Pucaksari Village (p -value <0.05) and diastolic with a p -value <0.05 . Older adults in Pucaksari Village should listen to Gus Teja's Danu Suci instrumental music to reduce their systolic and diastolic blood pressure apart from using the medicine.

Keywords: Hypertension, Instrumental Music, Blood Pressure

Hipertensi dapat menimbulkan dampak yang tidak baik bila ditangani dengan tidak tepat. Dampak tersebut antara lain stroke, penyakit jantung, epilepsi, dan glaukoma, sehingga penyakit ini perlu penanganan yang tepat. Penanganan dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Salah satu penanganan non farmakologi yaitu dengan mendengarkan musik *instrumental*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengaruh musik *instrumental* danu suci Gus Teja terhadap hipertensi pada lansia di Desa Pucaksari, Busungbiu, Buleleng. Penelitian tersebut menggunakan metode *Eksperimental* dengan *Pretest-Posttest*. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 40 lansia yang dipilih dengan cara *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi, dan alat pengukur tekanan darah menggunakan *Sphygmomanometer* digital kemudian analisis menggunakan uji statistik *Wilcoxon*. Hasil penelitian menemukan bahwa ada perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dan setelah diperdengarkan musik *instrumental* sebesar 11,78 sedangkan perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 7,75. Musik *instrumental* danu suci Gus Teja dapat menurunkan tekanan darah sistolik pada lansia di Desa Pucaksari secara bermaksa (p -value $<0,05$), begitu juga diastolik dengan p -value $<0,05$. Lansia di Desa Pucaksari sebaiknya mendengarkan musik *instrumental* danu suci Gus Teja untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik selain dengan obat-obatan medis.

Kata kunci: Hipertensi, Musik Instrumental, Tekanan Darah

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang telah berumur 60 tahun ke atas (Undang-Undang Republik Indonesia, 1998), artinya setiap orang yang berusia lebih dari atau sama dengan 60 tahun sudah termasuk lansia. Fungsi tubuh pada lansia akan mengalami penurunan secara kualitasnya, seperti semua sistem organ dan organ-organ yang menyusunnya. Pada sistem organ kardiovaskuler yang terdiri dari organ jantung, pembuluh darah dan darah akan mengalami penurunan fungsi sehingga terjadi penyakit tekanan darah tinggi (hipertensi).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2013) hipertensi adalah suatu keadaan tekanan darah sistolik lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Data Riskesdas (2018) angka kejadian hipertensi di Indonesia, hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun adalah 34,11%, sedangkan angka kejadian hipertensi di provinsi Bali adalah 29,97%. Kabupaten Buleleng menempati peringkat keempat prevalensi hipertensi yaitu sebesar 32,19% (Dinkes Provinsi Bali, 2020).

Data di Puskesmas Busungbiu II didapatkan jumlah lansia hipertensi di Desa Pucaksari selama tiga bulan terakhir sejumlah 68 orang. Berdasarkan data Dinkes Kabupaten Buleleng (2020), prevalensi penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan, Puskesmas Busungbiu II menempati peringkat kelima yaitu sebesar 19,4%.

Penyakit hipertensi menimbulkan dampak apabila tidak segera di tangani. Dampak yang akan timbul seperti gangguan jantung (cardiac), kelainan pembuluh darah, gangguan ginjal (renal), kerusakan mata bahkan pecahnya pembuluh darah kapiler di otak atau lebih biasa disebut dengan stroke dan berakhir dengan kematian. Penyakit tersebut sudah terjadi di Desa Pucaksari, yaitu stroke sebanyak lima orang, penyakit jantung sebanyak satu orang, epilepsi satu orang, glaucoma satu orang. Sehingga, penyakit hipertensi di Desa Pucaksari perlu segera ditangani karena telah menimbulkan berbagai efek lanjutan seperti tersebut di atas. Penanganan yang dilakukan selain dengan obat-obatan konvensional perlu juga ditambahkan dengan obat non konvensional seperti pemberian terapi musik *instrumental*.

Musik *instrumental* merupakan musik yang melantun tanpa vokal, hanya instrumen atau alat musik dan *backing vocal* (Cahyanti & Hirmawati, 2021). Terapi musik *instrumental* berdampak terhadap mental dan fisik, antara lain dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, mempengaruhi pernapasan, mempengaruhi denyut jantung, nadi dan tekanan darah. Musik ini mempunyai melodi menyenangkan di telinga, sehingga menjadi pengobatan nonfarmakologi yang baik untuk pasien hipertensi (Juliana, 2020). Penderita hipertensi yang sedang minum obat hipertensi bila dilakukan dengan mendengarkan musik *instrumental* selama 30 menit per hari menunjukkan penurunan tekanan darah yang bermakna dibandingkan dengan mengandalkan obat antihipertensi saja (Kholifah & Sutanta, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Mahatidanar & Nisa (2017) tentang pengaruh musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, menemukan musik klasik dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan rata-rata penurunan sistolik sebesar 4,3 mmHg dan diastolik sebesar 4,4 mmHg. Penelitian lain yang dilakukan oleh Susilaningih (2020) tentang pengaruh terapi musik *instrumental* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, ditemukan pengaruh terapi musik *instrumental* terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Rata-Rata tekanan darah sebelum (pretest) dilakukan terapi musik *instrumental* 157/93 mmHg dan sesudah (posttest) 136/82 mmHg.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, peneliti akan melakukan penelitian mengenai bagaimana pengaruh musik *instrumental* danu suci Gus Teja terhadap hipertensi pada lansia di Desa Pucaksari, Busungbiu, Buleleng.

METODE PENELITIAN/METODE PENCIPTAAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimental dengan rancangan *pre test and post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah 68 orang. Besar jumlah sampel yang digunakan sebanyak 47 orang. Pemilihan sampel sendiri menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi

berupa bersedia menjadi responden, memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg di Desa Pucaksari, Berusia ≥ 60 tahun, dan mengkonsumsi obat konvensional sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini berupa mempunyai penyakit kronis lainnya (misalnya stroke dan kegawatan) dan mengalami kecacatan fisik telinga (tuli).

Proposal ini telah dilakukan uji kelayakan oleh komite etik Stikes Bina Usadha Bali dengan nomor 225/EA/KEPK-BUB-2022. Pada penelitian ini melibatkan instrumen (alat ukur) berupa lembar observasi dan Sphygmomanometer digital.

Penelitian ini melakukan analisis univariat untuk mengetahui rata-rata tekanan darah lansia pada responden yang mengkonsumsi obat konvensional sebelum diberikan musik *instrumental* danu suci Gus Teja dan mengetahui rata-rata tekanan darah lansia pada responden yang mengkonsumsi obat konvensional setelah diberikan musik *instrumental* danu suci Gus Teja. Selanjutnya peneliti melakukan analisis bivariat dengan uji *Wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

	N	Mean	Min	Max	Sd
Usia	40	68,72	60	80	5.684

Sumber (Primer, 2022)

Tabel 1 menunjukkan jumlah responden sebanyak 40 orang, dengan rata-rata usia kelompok responden yaitu 68,72 tahun, dengan usia minimal 60 tahun dan maksimal 80 tahun.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	F	%
Laki-laki	16	40
Perempuan	24	60
Total	40	100

Sumber (Primer, 2022)

Tabel 2 dapat dilihat perbedaan jenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 24 responden (60%), sedangkan laki-laki sebanyak 16 responden (40%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	F	%
Wiraswasta	7	17.5
Petani	9	22.5
Pensiunan	6	15.0
Tidak bekerja	18	45,0

Total	40	100
--------------	-----------	------------

Sumber (Primer, 2022)

Tabel 3 menunjukkan mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu tidak bekerja sebanyak 18 responden (45,0%), diikuti dengan pekerjaan petani sembilan orang, wiraswasta tujuh orang dan pensiunan enam orang.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok

Riwayat Merokok	F	%
Merokok	8	20,0
Tidak Merokok	32	80,0
Total	40	100

Sumber (Primer, 2022)

Tabel 4 menunjukkan mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu tidak merokok sebanyak 32 responden (80,0%), sedangkan merokok delapan orang.

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Garam

Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Mengonsumsi Garam

Mengonsumsi Garam	F	%
Tidak Mengonsumsi	4	10,0
Mengonsumsi Sedikit 5 gram dalam Sehari	23	57,5
Mengonsumsi Banyak 10 gram dalam Sehari	13	32,5
Total	40	100

Sumber (Primer, 2022)

Tabel 5 menunjukkan mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu mengonsumsi garam sedikit sebanyak 23 responden (57,5%), dimana responden mengonsumsi lima gram dalam sehari atau sekitar satu sendok teh garam per hari, diikuti oleh responden yang mengonsumsi garam 10 gram sehari sebanyak 13 orang (32,5%) dan tidak mengonsumsi garam sebanyak empat responden.

6. Karakteristik Responden Berdasarkan Body Mass Index (BMI)

Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan BMI

BMI	F	%
<i>Underweight (BMI <18)</i>	3	7,5
<i>Normal (BMI 18,5-25)</i>	20	50,0
<i>Overweight (BMI 25,5-30)</i>	17	42,5
<i>Obesitas (BMI 30-35)</i>	0	0,0
Total	40	100

Sumber (Primer, 2022)

Berdasarkan tabel 6 mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu normal sebanyak 20 responden (50.0%) dengan mayoritas BMI 18,5-25 Kg/m². Dilanjutkan dengan BMI overweight sebanyak 17 (42.5%) responden dan underweight sebanyak tiga responden.

7. Karakteristik Responden Berdasarkan Ada Atau Tidaknya Keluarga yang Menderita Hipertensi

Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Ada atau Tidaknya Keluarga yang Menderita Hipertensi

Keluarga yang Menderita Hipertensi	F	%
Ada	24	60.0
Tidak ada	16	40.0
Total	40	100

Sumber (Primer, 2022)

Tabel 7 menunjukkan bahwa sebanyak 24 responden (60%) memiliki keluarga yang menderita hipertensi, sedangkan yang tidak memiliki keluarga yang menderita hipertensi sebanyak 16 responden.

8. Karakteristik Responden Berdasarkan Lamanya Olahraga

Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Aktifitas Olahraga

Aktifitas dan Olahraga	F	%
Berolahraga ≥ 150 menit/minggu	5	23,5
Berolahraga < 150 menit/minggu	20	50,0
Tidak Berolahraga	14	35,0
Total	40	100

Sumber (Primer, 2022)

Tabel 8 mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu berolahraga < 150 menit/minggu yaitu sebanyak 20 responden (50,0%), dilanjutkan dengan responden yang tidak melakukan olahraga sebanyak 14 (35,0%) responden, dan yang berolahraga ≥ 150 menit/minggu hanya lima responden.

9. Rata-rata Tekanan Darah Sistole dan Diastole Responden Sebelum Diperdengarkan Musik Instrumental Danu Suci Gus Teja

Tabel 9 Rata-rata Tekanan Darah Sistole dan Diastole Responden sebelum diperdengarkan musik instrumental Danu Suci Gus Teja

	N	Mean	Min	Max	Sd
Systole	40	159.23	142	173	8.989
Diastole	40	97.73	90	115	6.169

Sumber (Primer, 2022)

Pada penelitian ini sebelum diberikan terapi musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja diukur tekanan darahnya terlebih dahulu. Pengukuran tekanan darah hanya dilakukan satu kali sebelum diperdengarkan musik. Tabel 9 menunjukkan rata-rata tekanan darah systole sebelum diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja 159.23 mmHg dengan tekanan darah sistole terendah 142 mmHg dan tertinggi 173 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastole sebelum diperdengarkan musik

instrumental Danu Suci Gus Teja 97,73 mmHg dengan tekanan darah diastole terendah 90 mmHg dan tertinggi 115 mmHg.

10. Rata-rata Tekanan Darah Sistole dan Diastole Responden Setelah Diperdengarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja

Tabel 10 Tekanan Darah Sistole dan Diastole Responden Setelah diperdengarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja

	N	Mean	Min	Max	Sd
Systole	40	147.45	135	163	7.338
Diastole	40	89.98	80	97	3.765

Sumber (Primer, 2022)

Pada penelitian ini setelah diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja selama lima hari, kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah kembali. Tabel 10 menunjukkan rata-rata tekanan darah systole setelah diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja 147.45 mmHg dengan tekanan darah sistole terendah 135 mmHg dan tertinggi 163 mmHg. Rata-rata tekanan darah diastole setelah diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja 89.98 mmHg dengan tekanan darah sistole terendah 80 mmHg dan tertinggi 97 mmHg.

11. Uji Normalitas Tekanan Darah Sebelum dan Setelah diperdengarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja

Tabel 11 Uji Normalitas Tekanan Darah Sebelum dan Setelah diperdengarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja

Uji Kolmogorov-Smirnov			
Tekanan darah Sebelum	N	P	Keterangan
Systole	40	0,006	Tidak Normal
Diastole	40	0,142	Normal
Tekanan darah Setelah			
Systole	40	0,021	Tidak Normal
Diastole	40	0,029	Tidak Normal

Sumber (Primer, 2022)

Tabel diatas menunjukan jumlah responden sebanyak 40 orang. Data sebagian berdistribusi tidak normal, maka akan di lanjutkan dengan uji analisis *Wilcoxon*.

12. Hasil Uji Perbandingan Tekanan Darah Sistole dan Diastole sebelum dan setelah diperdegarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja menggunakan Analisis *Wilcoxon*

Tabel 12 Hasil Uji Perbandingan Tekanan Darah Sistole Sebelum Dan Setelah Diperdengarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja Menggunakan Analisis *Wilcoxon*

Variabel	N	Mean	Mean Rank	P-Value
TD sistole sebelum	40	159.23	11,78	0.001
TD sistole setelah		147.45		

Sumber (Primer, 2022)

Tabel diatas menunjukkan jumlah sample sebanyak 40 orang. Rata-rata tekanan darah sistole sebelum diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja 159,23 mmHg dan setelah 147,45 mmHg. Perbedaan rata-rata tekanan darah sistole sebelum dan setelah diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja 11,78 dengan p-value 0,001.

Tabel 13 Hasil Uji Perbandingan Tekanan Darah Diastole Sebelum Dan Setelah Diperdengarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja Menggunakan Analisis *Wilcoxon*

Variabel	N	Mean	Mean Rank	P -Value
TD diastole sebelum	40	97.73	7,75	0.001
TD diastole setelah		89.98		

Sumber (Primer, 2022)

Tabel diatas menunjukkan jumlah sample sebanyak 40 orang. Rata-rata tekanan darah diastole sebelum diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja 97,73 mmHg dan setelah 89,98 mmHg. Perbedaan rata-rata tekanan darah diastole sebelum dan setelah diperdengarkan musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja 7,75 dengan p-value 0,001.

PEMBAHASAN

1. Rata-rata Tekanan Darah Sistole dan Diastole Sebelum Diperdengarkan Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja

Rata-rata usia kelompok responden pada penelitian ini yaitu 68,72 tahun, dengan usia minimal 60 tahun dan maksimal 80 tahun. Semakin bertambah usia maka tekanan darah sering kali meningkat karena dinding arteri telah menebal dan kaku karena arteriosclerosis. Pengerasan yang disebabkan karena pertambahan usia adalah salah satu faktor pemicu hipertensi (Supriono & Armiyati, 2022). Hal tersebut juga didapatkan pada penelitian yang di lakukan oleh Kholifah & Sutanta, (2021) memperoleh hasil bahwa mayoritas umur responden yang memiliki umur 70-79 tahun yaitu sebesar 18 lansia (60%). Hal ini sejalan dengan penelitian Utaminingrum et al., (2019) yang dalam penelitiannya memperoleh distribusi pasien terbanyak adalah pada usia lansia akhir sebanyak 8 orang (52.9%).

Dilihat dari faktor jenis kelamin, pada penelitian ini mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 24 responden (60%), sedangkan laki-laki sebanyak 16 responden (40%). Tekanan darah pada laki-laki cenderung meningkat lebih tinggi setelah pubertas, sedangkan pada perempuan setelah menopause (Potter & Perry, 2012). Sejumlah fakta menyatakan hormon sex mempengaruhi sistem renin angiotensin. Secara umum tekanan darah pada perempuan lebih tinggi dari pada laki-laki. Banyak orang terutama wanita menunjukkan peningkatan tekanan darah di atas 160 mmHg setelah mencapai usia 50 tahun akibat terjadinya menopause (Purnomo et al., 2019). Hal tersebut juga didapatkan pada penelitian yang dilakukan oleh Damayanti et al., (2019) menyatakan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 23 orang (57,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian Purnomo et al. (2019), bahwa sebagian besar karakteristik responden pada penelitian berjenis kelamin perempuan yaitu 19 orang (63,3%)

Berdasarkan jenis pekerjaan, mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu tidak bekerja sebanyak 18 responden (45,0%). Responden yang tidak memiliki pekerjaan cenderung diam di rumah dan menikmati masa tuanya. Jenis pekerjaan berpengaruh dengan pola aktivitas fisik, dimana pekerjaan yang tidak mengandalkan aktivitas fisik berpengaruh pada tekanan darah, orang yang bekerja dengan melibatkan aktivitas fisik dapat terlindungi dari penyakit hipertensi (Taiso et al., 2021). Hal tersebut juga didapatkan pada penelitian Utaminingrum et al., (2019) dimana dalam penelitiannya didapatkan bahwa mayoritas responden dalam penelitiannya tidak bekerja sebanyak 7 pasien (41,2%).

Dilihat dari faktor genetik, pada penelitian ini didapatkan sebanyak 24 responden (60%) memiliki keluarga yang menderita hipertensi, sedangkan yang tidak memiliki keluarga yang menderita hipertensi sebanyak 16 responden. Faktor genetik bisa menjadi salah satu faktor penyebab penderita hipertensi.

Jika kedua orang tua menderita hipertensi, sekitar 45% akan diturunkan ke anak-anaknya dan jika salah satu orang tuanya menderita hipertensi, sekitar 30% akan diturunkan kepada anak-anak mereka (Agustina & Raharjo, 2015). Hal tersebut juga didapatkan pada penelitian Rahmadhani, (2021) dalam penelitiannya mendapatkan bahwa responden yang mengalami hipertensi dengan riwayat genetik terbanyak sebanyak 37 responden (48,7%), berdasarkan hasil analisis uji statistik didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara faktor genetik dengan hipertensi dengan nilai $p=0,0001$ ($p<0,05$).

2. Rata-rata Tekanan Darah Sistole dan Diastole Responden Setelah diperdengarkan Musik Instrumental Danu Suci Gus Teja

Pada penelitian ini, lansia diperdengarkan musik *instrumental* danu suci Gus Teja yang sudah direkam dalam bentuk MP3. Musik ini diperdengarkan satu persatu saat penulis berkunjung ke rumah lansia, selama lima hari berturut turut. Setelah diperdengarkan selama lima hari, penulis kemudian mengukur kembali tekanan darah lansia, dimana didapatkan hasil rata-rata tekanan darah sistolik kelompok lansia itu adalah 147.45 mmHg dan diastolik 89.98 mmHg. Pada tekanan darah sistolik masih berada dalam kategori hipertensi karena masih diatas standar namun telah terjadi penurunan dari sebelum diperdengarkan musik *instrumental*, dan pada tekanan darah diastolik telah terjadi penurunan dan berada dalam kategori tidak hipertensi, artinya tekanan darah setelah diperdengarkan musik *instrumental* masih berada dalam kategori hipertensi untuk sistolik dan tidak hipertensi untuk diastolik.

Setelah diperdengarkan musik *instrumental*, terjadi penurunan tekanan darah pada responden. Hal ini dapat dilihat dari salah satu responden dimana sebelum diperdengarkan musik *instrumental* memiliki tekanan darah 143/98 dan setelah diperdengarkan musik *instrumental* tekanan darahnya menjadi 138/82 Penurunan tekanan darah ini disebabkan oleh responden merasa lebih rileks dan tenang, sehingga dapat meningkatkan hormon *endokrin* dan melepaskan ketegangan pada otot, yang membuat tekanan darah menjadi menurun.

Terapi musik instrumental memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit (Dampling et al., 2021). Musik *Instrumental* bertujuan memberikan rangsangan, yang nantinya menghasilkan efek mental dan fisik, antara lain dapat menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan, musik dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, mempengaruhi pernapasan, mempengaruhi denyut jantung, nadi dan tekanan darah, mempengaruhi ketegangan otot dan memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh, serta dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stress (Sahrir, 2019).

Kholifah & Sutanta (2021), dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa tekanan darah lansia hipertensi pada kelompok intervensi setelah melakukan terapi musik *instrumental* yaitu antara 120/80 mmHg sampai dengan 180/ 90 mmHg. Tekanan darah dengan frekuensi terbanyak yaitu agak tinggi dengan jumlah lansia 11 orang (36,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian Sahrir (2019), yang dalam penelitiannya mendapatkan data bahwa setelah pemberian terapi musik *instrumental* terjadi penurunan tekanan darah yang signifikan, tekanan darah responden turun berkisar 100–140 mmHg sebanyak sembilan responden dengan presentase 90% dan tekanan darah lebih dari 140 mmHg hanya satu orang dengan presentase 10%.

3. Perbandingan Rata-rata Tekanan Darah sebelum dan setelah diperdegarkan Musik Instrumental Danu Suci Gus Teja menggunakan Analisis Wilcoxon

Mendengarkan musik *instrumental* mampu merespon pikiran yang tenang sehingga dapat mengeluarkan hormon *endorphine*. Salah satu responden mengatakan bahwa sebelum mendengarkan musik *instrumental*, otot-ototnya terasa kaku dan nyeri di kepala bagian belakang. Setelah mendengarkan musik membuat tubuhnya menjadi rileks dan menurunkan ketegangan otot, hal ini dapat dilihat dari perubahan tekanan darahnya dimana sebelum mendengarkan musik *instrumental* 150/92 dan setelah mendengarkan musik *instrumental* menjadi 137/90.

Hormon *endorphine* memberikan efek menenangkan, membangkitkan semangat dalam tubuh, memiliki efek positif pada emosi, relaksasi, dan normalisasi fungsi tubuh (Alam, 2020). Saat mendengarkan musik *instrumental* akan membuat seseorang mengalami keadaan santai (relaksasi),

tenang dan damai. Keadaan ini akan mempengaruhi sistem kardiovaskuler yang terdiri dari jantung, pembuluh darah dan darah yang berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah.

Musik *instrumental* dapat memberikan ransangan yang nantinya akan menghasilkan efek mental dan fisik, antara lain dapat menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan, musik *instrumental* dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, mempengaruhi pernafasan, denyut jantung, nadi dan tekanan darah. Ketika musik *instrumental* diperdengarkan menjadi sebuah terapi, musik *instrumental* dapat meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial, dan spiritual individu (Dampling et al., 2021). Terapi musik merupakan pengobatan secara holistik yang langsung menuju pada simptom penyakit. Musik dapat memberi keseimbangan pada detak jantung dan denyut nadi, musik dapat menurunkan tekanan darah melalui ritmik, musik yang stabil memberi irama teratur pada kerja jantung manusia (Akbar, 2021).

D. Damayanti et al., (2019) dalam penelitiannya mendapatkan data bahwa sebelum mendengarkan *instrumental* kleningan gending jawa klasik tekanan darah sistolik sebagian besar (72,5%) sejumlah 29 responden kategori stadium 1 (140-156 mmHg) dan diastolik sebagian besar (72,5%) sejumlah 29 responden kategori stadium 1 (90-99 mmHg). Hal ini sejalan dengan penelitian Sahrir (2019), yang dalam penelitiannya mendapatkan data bahwa hasil pretes pemberian terapi musik seluruh responden mempunyai tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dengan presentase 100%.

Penelitian yang dilakukan Utaminingrum et al., (2019) dalam penelitiannya diperoleh hasil analisis statistik membandingkan antara data tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik *instrumental* menunjukkan nilai $p = 0.001$ (sistolik) dan $p = 0.003$ (diastolik) yang berarti pemberian intervensi muroltal dan musik *instrumental* efektif untuk menurunkan tekanan darah pasien Prolanis hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kholifah & Sutanta (2021), yang dalam penelitiannya berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* pada kelompok intervensi menunjukkan p value $0,000 < \alpha = 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa p -value $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh terapi musik *instrumental* terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Yogyakarta.

KESIMPULAN

Musik *instrumental* Danu Suci Gus Teja berpengaruh bermakna terhadap penurunan tekanan darah pada pasien lansia yang mengalami hipertensi di Desa Pucaksari.

PERNYATAAN PENGHARGAAN

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa *Ida Sang Hyang Widhi Wasa*, karena atas berkat *Asung Kertha Wara Nugraha* Beliau-lah penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul “Pengaruh Musik *Instrumental* Danu Suci Gus Teja terhadap Lansia Hipertensi di Desa Pucaksari, Busungbiu, Buleleng” dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Sebagai rasa hormat saya, saya ucapkan terima kasih banyak dikarenakan skripsi penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan dorongan dari berbagai pihak baik dari institusi, segenap dosen pembimbing, keluarga tercinta, teman – teman serta selueurh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

DAFTAR SUMBER

Agustina, R., & Raharjo, B. . (2015). Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian hipertensi usia produktif (25-54 tahun). *Unnes J Public Heal*, 4(4).

Aini, N., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. (2017). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (MOZART) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 Di Desa Donowarih Karangploso Malang. *Journal Nursing News*, 2(3), 44–57.

Ainurrafiq, A., Risnah, R., & Ulfa Azhar, M. (2019). Terapi Non Farmakologi dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Systematic Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi*

Kesehatan Indonesia): The Indonesian Journal of Health Promotion, 2(3), 192–199.
<https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3.806>

- Akbar, J. (2021). *Pengaruh Terapi Kompres Dingin Terhadap Intensitas Nyeri Reumatoid Arthritis Pada Lansia Dengan Di Wilayah Kerja Puskesmas Mendingin*.
- Alam, H. S. (2020). *Upaya Mengurangi Nyeri Persalinan dengan Metode Akupresure*. Media Sains Indonesia.
- Cahyanti, L., & Hirmawati, E. R. (2021). Terapi musik instrumental dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 8(2), 202–214.
- Damayanti, D., Tauhid, M., & Rahayu, Y. A. (2019). Pengaruh Mendengarkan Instrumental Klenengan Gending Jawa Klasik Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 10(1), 33–44.
- Dampling, H., Tangka, J. W., Warouw, H., & Rettob, W. (2021). Terapi Musik Menurunkan Tekanan Darah. *Literatur Review*, 2011.
- Dinkes Kabupaten Buleleng. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Buleleng 2020. *Kementerian Kesehatan*, 100.
- Dinkes Provinsi Bali. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Bali Tahun 2020. In *Dinas Kesehatan Provinsi Bali*.
- Juliana, S. (2020). *Penerapan Terapi Musik Instrumentalia Relaksasi untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Hipertensi*.
- Kadir, A. (2016). Hubungan Patofisiologi Hipertensi dan Hipertensi Renal. *Ilmiah Kedokteran*, 5(1), 15–25.
- Kemenkes RI. (2013). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi*. kemenkes RI.
- Kemenkes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. In *Kementrian Kesehatan RI* (pp. 1–10). Kementerian Kesehatan RI. [hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf](#)
- Kholifah, N., & Sutanta, S. (2021). Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 14(1), 27–34.
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116.
- Mahatidanar, A., & Nisa, K. (2017). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *Agromed Unila*, 4(2), 264–268.
- Notoatmojo. (2010). *Metode Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmojo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2013). *Metedologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2014). *Konsep Dasar Penerapan Metodologi Penelitrian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Nursalam. (2016). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Potter, & Perry. (2012). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik, Edisi 4, Volume 2*. Jakarta : EGC.
- Purnomo, E., Zulkiipli, & Pulungan, Z. S. A. (2019). Kombinasi Terapi Musik Instrumental Dan Self Hypnosis Efektif Menurunkan Tekanan Darah Klien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 15(2), 134–138.
- Puspitasari, L. S. (2017). Pengaruh Musik Instrumental Terhadap Kenyamanan Membaca. *Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*.
- Rahmadhani, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Jurnal Kedokteran STM*, 4(1), 52–63.
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Sahrir, S. (2019). Pemberian Terapi Musik Instumental untuk Menurunkan Tekanan Darah Lansia di Negeri Herlauw Pauni Seram Utara Barat Kabupaten Maluku Tengah. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(1), 45–48.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriono, A., & Armiyati, Y. (2022). Penurunan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Menggunakan Kombinasi Terapi Musik Alam dan Aromaterapi Mawar: Studi Kasus. *Ners Muda*, 3(2), 210–219. <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8375>
- Susilaningsih, D. (2020). *Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang Tahun 2019*. 2(1), 84–89.
- Taiso, S. N., Sudayasa, I. P., & Paddo, J. (2021). Analisis Hubungan Sosiodemografis Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lasalepa , Kabupaten Muna. *Nursing Care and Health Technology Journal*, 1(2), 102–109.
- Tim Bumi Medika. (2022). *Berdamai dengan Hipertensi* (Y. N. I. Sari (ed.)). Bumi Medika.
- Undang-Undang Republik Indonesia. (1998). *Undang-Undang Republik Indonesia No 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia*.
- Utaminingrum, W., Nurbaity, F. R., & Hakim, Z. R. (2019). Efektivitas Intervensi Murotal dan Musik Instrumental pada Pasien Hipertensi. *Prosiding Artikel ...*, 44–50.
- WHO. (2013). *A Global Brief on Hypertention – Silent Killer, Global Public Crisis*. Geneva.
- WHO. (2018). *Prevalensi Penderita Hipertensi di Dunia*.