

**PERBEDAAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI SEBELUM DAN  
SESUDAH DI BERIKAN TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL DI PANTI WERDA  
PENGAYOMAN PELKRIS  
KOTA SEMARANG**

**Mike Yevie Nafilasari<sup>\*)</sup>,**

**Ns. Suhadi, M.Kep; Sp.Kep.Kom<sup>\*\*)</sup>, Mamat Supriyono, SKM, M.Kes. (Epid)<sup>\*\*\*)</sup>**

<sup>\*)</sup> Alumni Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang,

<sup>\*\*)</sup> Dosen Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Elizabet Semarang,

<sup>\*\*\*)</sup> Epidemi Kesehatan Pada Dinas Kesehatan Kota Semarang

**ABSTRAK**

Lansia merupakan usia yang berisiko tinggi terhadap penyakit-penyakit degeneratif, seperti hipertensi. Pada tahun 2008 prevalensi hipertensi sebesar 3,30 % artinya setiap 100 orang terdapat 3 orang penderita hipertensi. Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan melakukan terapi musik. Sedangkan terapi musik adalah untuk membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi. Sedangkan efek fisiologis dapat mengakibatkan energi otot meningkat atau menurun. Timbulnya efek pada nadi menjadi teratur, tekanan darah stabil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik instrumental di Panti Werda Pengayoman "PELKRIS" Semarang. Desain penelitian ini adalah pra eksperimen dengan rancangan *one group pre-post test*. Jumlah sampel 30 responden dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sebesar 2,30 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 12,2 mmHg dengan nilai  $p < 0,05$ , yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik instrumental selama 7 hari berturut-turut. Rekomendasi dari hasil penelitian ini, diharapkan pelayanan keperawatan dapat mengaplikasikan terapi musik secara teratur pada lansia yang menderita hipertensi untuk menurunkan tekanan darah.

Kata Kunci: Terapi Musik, Penurunan Tekanan Darah, Lansia.

**ABSTRACT**

The elderly are at high risk of age degenerative diseases, such as hypertension. In 2008 the prevalence of hypertension was 3.30%, it means that there are 3 of 100 people with hypertension. One of the ways to lower blood pressure in hypertensive patients is by using a music therapy. Music Therapy helps the patients to express their feelings, to help physical rehabilitation, and to give a positive effect on mood and emotional conditions. Meanwhile, physiological effects can result in increased or decreased muscle energy. The effects are the arteries become regular and the blood pressures become stable. This study aimed to find out the differences between blood pressure reduction of elderly hypertensive patient before given the instrumental music therapy and after given the instrumental music therapy of the patient of nursing home Pengayoman "PELKRIS" Semarang. In this research, the researcher will use pre experimental research by using *one group pre-post test*. The total of the sample are 30 respondents by using *purposive sampling* technique. The research findings showed the average of the systolic blood pressure reduction was 2,30 mmHg and the diastolic blood pressure reduction was 12,2 mmHg with the value of  $p < 0,05$ . It means that there is significant difference between blood pressure reduction of elderly hypertensive patient before given the instrumental music therapy and after given the instrumental music therapy of the patient of nursing home Pengayoman "PELKRIS" Semarang for seven days consecutively. The recommendation from the research findings is the researcher hopes that the nursing services can apply music therapy on a regular basis in the elderly who suffer from hypertension to lower blood pressure.

Keywords : Music therapy, Drop in Blood Pressure, Elderly.

## PENDAHULUAN

Manusia tidak secara tiba-tiba menjadi tua, tetapi berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua. Hal ini normal, dengan perubahan fisik dan tingkah laku yang dapat di ramalkan yang terjadi pada semua orang pada saat mereka mencapai usia tahap perkembangan kronologis tertentu. Dimasa ini seseorang mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial secara bertahap (Azizah, 2011, hlm.1).

Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lanjut usia pada bab 1 pasal 1 ayat 2, yang di maksud lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 tahun ke atas. Berdasarkan definisi secara umum seseorang dikatakan lanjut usia apabila usianya 65 tahun ke atas (Efendi, Makhfudli, 2009, hlm.243).

Jumlah lansia di Indonesia cenderung meningkat. Data Badan Pusat Statistik menunjukkan bahwa penduduk lanjut usia di Indonesia pada tahun 2000 sebanyak 14.439.967 jiwa (7,18%), selanjutnya pada tahun 2010 meningkat menjadi 23.992.553 jiwa (9,77%). Pada tahun 2020 diprediksikan jumlah lanjut usia mencapai 28.822.879 jiwa (11,34%) (Hermana, 2007, ¶1).

Indonesia saat ini telah masuk sebagai negara yang berstruktur penduduk tua sebagaimana ketentuan badan dunia, karena jumlah penduduk lanjut usia telah mencapai lebih dari 7%. Indonesia juga menduduki rangking keempat di dunia dengan jumlah lansia 24 juta jiwa. Adapun provinsi di Indonesia yang paling banyak penduduk lanjut usia adalah Yogyakarta 12,48%, Jawa Timur 9,36%, Jawa Tengah 9,26%, Bali 8,77%, Jawa Barat 7,09% (Hermana, 2007, ¶1).

Perkembangan penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia menarik diamati. Dari tahun ke tahun jumlahnya cenderung meningkat. Kantor kementerian koordinator kesejahteraan rakyat (KESRA) melaporkan, jika tahun 1980 usia harapan hidup (UHH) 52,2 tahun dan jumlah lansia 7.998.543 orang (5,45%) maka pada tahun 2006 menjadi 19 juta orang (8,90%) dan UHH

meningkat (66,2 tahun). Pada tahun 2010 penduduk lansia di Indonesia mencapai 23,9 juta atau 9,77% dan UHH 67,4 tahun. Sepuluh tahun kemudian atau pada tahun 2020 penduduk lansia di Indonesia mencapai 28,8 juta atau 11,34% dengan UHH sekitar 71,1 tahun (Hermana, 2007, ¶2)

Usia harapan hidup yang semakin meningkat juga membawa konsekuensi terdiri bagi semua sektor yang terkait dengan pembangunan. Tidak hanya sektor kesehatan tetapi juga sektor ekonomi, sektor sosial budaya, serta sektor lainnya. Oleh sebab itu, peningkatan jumlah penduduk lansia perlu diantisipasi mulai saat ini, yang dapat dimulai dari sektor kesehatan dengan mempersiapkan pelayanan keperawatan yang komprehensif bagi lansia (Efendi, Makhfudli, 2009, hlm.246).

Tekanan darah ditentukan oleh banyak faktor, diantaranya; jantung, denyut jantung, volume darah, sistem saraf, sistem hormon, sistem metabolik, pikiran atau stress. Di Amerika hampir 70% mereka yang menderita hipertensi tidak terkontrol tekanan darahnya, pemberian obat-obatan, olah raga, diet rendah garam, olah raga secara teratur, ternyata masih belum mampu mengontrol tekanan darah. Musik yang merupakan rangkaian bunyi-bunyian indah itu ternyata memiliki efek luar biasa untuk kesehatan tubuh (Anonim, 2011, ¶2).

Terapi musik intrumental dapat 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 stres (Campbell, 2002, dalam Dewi, 2009, ¶11).

Semua jenis musik sebenarnya dapat digunakan sebagai terapi musik. Seperti lagu- lagu relaksasi, lagu populer maupun musik klasik. Namun ajarannya adalah memilih lagu dengan tempo sekitar 60 ketukan/menit yang bersifat rileks, karena

apabila terlalu cepat maka secara tidak sadar stimulus yang masuk akan membuat kita mengikuti irama tersebut, sehingga keadaan istirahat yang optimal tidak tercapai. Dengan mendengarkan musik, sistem limbik ini teraktivasi dan individu tersebut pun menjadi rileks inilah tekanan darah menurun. Selain itu pula alunan musik dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul yang disebut nitric oxide (NO). Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga dapat mengurangi tekanan darah (Nurrahmani, 2012, hlm.71).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Maryanti dengan judul penelitian Pengaruh Terapi Musik Gamelan Jawa Nada Slendro Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Yuswo Adhi RW XVII Kelurahan Srandol Wetan Semarang yang dilakukan pada tahun 2010. Terapi musik gamelan jawa adalah salah satu terapi alternatif untuk menurunkan TD pada penderita hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik gamelan jawa nada slendro untuk menurunkan TD pada lansia dengan hipertensi. Hasil uji perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik dengan uji wilcoxon p value = 0,001 yang berarti p value < 0,05. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh terapi musik gamelan jawa nada slendro terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan sebagai terapi alternatif untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Untuk mencegah atau mengurangi hipertensi dan gangguan jantung bisa dilakukan dengan terapi musik. Terapi musik ini dapat membantu secara alami menyehatkan kerja jantung dan mencegah terjadinya serangan stroke yang memperlancar dan menormalkan tekanan darah dengan musik relaksasi. Efek relaksasi dari terapi musik dan stimulasi gelombang otak bisa memperlebar dan melenturkan pembuluh darah sehingga berfungsi melancarkan peredaran darah di seluruh tubuh (Anonim, 2011, [1]).

Prevalensi hipertensi di Indonesia bekisar 30% dengan insiden komplikasi penyakit kardiovaskuler, lebih banyak pada perempuan (52%) dibandingkan laki-laki (48%) (Depkes, 2008, dalam Muhamad Suherly, 2012, hlm.1).

Prevalensi kasus hipertensi di provinsi Jawa Tengah mengalami peningkatan dari 1,87% pada tahun 2006, menjadi 2,02% pada tahun 2007 dan 3,30% pada tahun 2008 prevalensi sebesar 3,30% artinya setiap 100 orang terdapat 3 orang penderita hipertensi primer. Peningkatan kasus ini disebabkan antara lain karena rendahnya kesadaran masyarakat untuk memeriksakan tekanan darah secara dini tanpa harus menunggu adanya gejala paparan faktor risiko pola makan yang tidak sehat dan kurangnya olah raga juga bisa memicu peningkatan kasus tersebut (Profil Kesehatan Jawa Tengah, 2008 dalam Muhamad Suherly, 2012, hlm.2)

Di Panti Werda Pengayoman "PELKRIS" Semarang didapatkan data pada tanggal 9 November 2012 jumlah lanjut usia yang tinggal disana ada 65 orang terdiri dari perempuan ada 54 orang dan laki-laki ada 11 orang. Lanjut usia yang menderita hipertensi ada 45 orang, 15 orang diantaranya minum obat antihipertensi dan 30 orang diantaranya tidak minum obat hipertensi. Penanganan hipertensi pada lanjut usia yang dilakukan selama ini hanya berfokus pada obat. Di Panti Werda Pengayoman "PELKRIS" ini tidak ada diet khusus pada penderita hipertensi. Untuk olah raga atau senam hanya dilakukan satu minggu satu kali.

Berdasarkan data diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Perbedaan tekanan darah pada lanjut usia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang".

Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik instrumental di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan pra eksperimen dengan rancangan *one group pre-post test design*. Penelitian ini mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok responden yaitu dengan cara melakukan observasi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, mengambil tempat di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Kota Semarang pada bulan maret 2013. Populasi penelitian ini adalah lansia yang tinggal di panti, sampel berjumlah 30 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi (Nursalam, 2008, hlm.85)

Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Pelaksanaan pengambilan sampel secara purposive diawali peneliti mengidentifikasi semua karakteristik populasi, kemudian peneliti menetapkan berdasarkan pertimbangan sebagian dari populasi menjadi sampel penelitian (Notoatmodjo, 2002, hlm.88).

Dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi untuk mengetahui karakteristik responden, tensi meter digunakan untuk mengukur tekanan darah. Dan diberikan terapi musik untuk penurunan tekanan darah.

Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Wilcoxon*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Umur

Tabel. 5.1.

Ukuran data terpusat dan sebaran data tekanan darah responden berdasarkan umur

Umur	Frekuensi	Prosentase (%)
60 – 74 tahun	21	70.0
75 -90 tahun	9	30.0
Total	30	100.0

Berdasarkan table 5.1. di atas diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden berumur antara 60 – 74 tahun sebanyak 21 (70,0%) responden dibandingkan responden yang berumur antara 75 – 90 tahun dan > 90 tahun.

### 2. Sistolik

#### a) Sistolik sebelum dan sesudah perlakuan

Tabel. 5.2.

Ukuran data terpusat dan sebaran data responden berdasarkan tekanan darah sistolik pada Lansia di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang (n=30)

Sistolik	Mean	Median	Modus	SD	Min	Max
Sebelum	145	140	130	16,36	130	180
Sesudah	142,7	139	130	16,34	120	178

Berdasarkan tabel 5.2. di atas diperoleh hasil bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan sebesar 145 mmHg dengan standar deviasi 16,36 mmHg, modus sebesar 130 mmHg dengan sistolik tertinggi 180 mmHg dan sistolik terendah 130 mmHg. Hasil sistolik setelah diberikan perlakuan terapi musik instrumental diperoleh hasil rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 142,72 mmHg dengan standar deviasi 16,34 mmHg, dengan modus sebesar 130 mmHg, sistolik tertinggi 178 mmHg dan sistolik terendah 120 mmHg.

#### b) Kategori Sistolik Sebelum Perlakuan

Tabel. 5.3.

Distribusi frekuensi tekanan darah sistolik sebelum terapi musik instrumental pada Lansia di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang (n=30)

Sistolik (Pre)	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	9	30,0
Normal Tinggi	5	16,7
Hipertensi Ringan	7	23,3
Hipertensi Sedang	7	23,3
Hipertensi berat	2	6,7
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.3. di atas diperoleh hasil bahwa responden yang sistoliknya

normal sebesar 9 responden (30,0%), normal tinggi sebesar 5 responden (16,7%), hipertensi ringan dan sedang masing-masing 7 responden (23,3%) dan hipertensi berat ada 2 responden (6,7%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tekanan darah sistoliknya normal.

c) Kategori Sistolik Sesudah Perlakuan

Tabel 5.4  
Distribusi frekuensi tekanan darah sistolik sesudah terapi musik instrumental pada Lansia di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang (n=30)

Sistolik (Post)	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	9	30,0
Tinggi	6	20,0
Hipertensi Ringan	10	33,3
Hipertensi Sedang	5	16,7
Hipertensi berat	0	0,0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.4. diatas diperoleh hasil sistolik setelah diberikan perlakuan terapi musik instrumental yang normal sebesar 9 responden (30,0%), normal tinggi sebesar 6 responden (20,0%), hipertensi ringan sebesar 10 responden (33,33%), hipertensi sedang sebesar 5 responden (16,7%) dan hipertensi berat tidak ada (0,0%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tekanan darah sistoliknya yaitu hipertensi ringan.

3. Diastolik

a) Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Tabel 5.5  
Ukuran data terpusat dan sebaran data responden berdasarkan tekanan darah diastolik pada lansia di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang (n=30)

siastolik	Mean	Median	Mo dus	SD	Min	Max
Sebelum	92,03	90	90	9,31	70	110
Sesudah	79,83	90	90	26,25	70	110

Berdasarkan tabel 5.5. di atas diperoleh hasil bahwa rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 92,03 mmHg dengan standar deviasi 9,31 mmHg,

modus sebesar 90 mmHg dengan diastolik tertinggi 110 mmHg dan diastolik terendah 70 mmHg. Hasil rata-rata tekanan darah diastolik setelah diberikan perlakuan terapi musik instrumental sebesar 79,83 mmHg dengan standar deviasi 26,25 mmHg, modus sebesar 90 mmHg dengan diastolik tertinggi 110 mmHg dan diastolik terendah 70 mmHg.

b) Kategori Diastolik Sebelum Perlakuan

Tabel 5.6  
Distribusi frekuensi tekanan darah diastolik sebelum terapi musik instrumental pada Lansia di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang (n=30)

Diastolik (Pre)	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	3	10,0
Normal Tinggi	1	3,3
Hipertensi Ringan	17	56,7
Hipertensi Sedang	8	26,7
Hipertensi berat	1	3,3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5.6. di atas diperoleh hasil bahwa responden yang diastoliknya normal sebesar 3 responden (10,0%), normal tinggi sebesar 1 responden (3,3%), hipertensi ringan sebesar 17 responden (56,7%), hipertensi sedang sebesar 8 responden (26,7%) dan hipertensi berat ada 1 responden (3,3%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tekanan darah diastoliknya adalah hipertensi ringan.

c) Kategori Diastolik Sesudah Perlakuan

Tabel 5.7  
Distribusi frekuensi tekanan darah diastolik sebelum terapi musik instrumental pada Lansia di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang (n=30)

Diastolik (Post)	Frekuensi
Normal	7
Normal Tinggi	6

Hipertensi Ringan  
 Hipertensi Sedang  
 Hipertensi berat  
 Total

Berdasarkan tabel 5.7. di atas diperoleh hasil bahwa responden yang diastoliknya normal sebesar 7 responden (23,3%), normal tinggi sebesar 6 responden (20,0%), hipertensi ringan sebesar 14 responden (46,7%), hipertensi sedang sebesar 1 responden (3,3%) dan hipertensi berat ada 2 responden (6,7%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tekanan darah diastoliknya mengalami hipertensi ringan.

4. Berdasarkan hasil tabulasi silang perbedaan penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik instrumental di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel. 5.6.

Tabel Silang Antara Perbedaan Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Musik Instrumental di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang

Tekanan darah	Perlakuan	
	Sebelum (mmHg)	Sesudah (mmHg)
Sistolik (mmHg)	145	142,70
Diastolik (mmHg)	92,03	79,83

Dari tabel 5.6 di atas menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan terapi musik instrumental, tekanan

darah sistolik rata-rata sebesar 145 mmHg dan setelah diberikan perlakuan terapi musik instrumental menjadi 142,72 mmHg. Jadi pada sistolik terjadi penurunan tekanan darah sebesar 2,30 mmHg. Pada tekanan darah diastolik, sebelum diberikan perlakuan terapi musik instrumental rata-rata sebesar 92,03 mmHg sedangkan setelah diberikan terapi musik instrumental turun menjadi 79,83 mmHg. Jadi dengan terapi musik instrumental dapat menurunkan tekanan darah diastolik sebesar 12,2 mmHg.

Berdasarkan hasil analisis uji normalitas data diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 5.7

Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Shapiro-Wilk	p value	Keterangan
Sistolik (sebelum)	0,835	0,002	Tidak Normal
Sistolik (sesudah)	0,919	0,025	Tidak Normal
Diastolik (sebelum)	0,857	0,001	Tidak Normal
Diastolik (sesudah)	0,722	0,001	Tidak Normal

Berdasarkan hasil analisis normalitas data di peroleh bahwa keempat variabel diperoleh tingkat signifikansi < 0,05 maka analisis yang digunakan adalah analisis non parametrik *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Tabel. 5.8.

Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lanjut Usia di Panti Werda PELKRIS Pengayoman Semarang

Tekanan darah	Frekuensi (n)	Wilcoxon Signed Ranks Test	p value
Sistolik	30	2,077	0,038
Diastolik	30	3,270	0,001

Berdasarkan tabel 5.8. hasil uji statistik dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* yang dilakukan terhadap perbedaan tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik instrumental di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang, didapatkan hasil *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada tekanan darah sistolik sebesar 2,077 mmHg dengan *p value* sebesar 0,038 sedangkan pada tekanan darah distolik sebesar 3,270 mmHg dengan *p value* sebesar 0,001. Dasar pengambilan keputusan ini adalah jika *p value* kurang dari 0.05 maka  $H_a$  diterima yaitu ada perbedaan antara variabel bebas dan variabel terikat (Sopiyudin Dahlan, 2004. 27).

Karena nilai *p value* lebih kecil dari 0.05 dengan demikian  $H_a$  diterima, yang berarti ada perbedaan penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik instrumental di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang

Hasil penelitian terhadap responden diperoleh hasil bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan sebesar 145 mmHg, dengan modus sebesar 130 mmHg dengan sistolik tertinggi 180 mmHg dan sistolik terendah 130 mmHg dengan standar deviasi 16,36 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 92,03 mmHg dengan modus sebesar 90 mmHg dengan diastolik tertinggi 110 mmHg dan diastolik terendah 70 mmHg dengan standar deviasi 9,31 mmHg. Hal ini

menunjukkan gambaran bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang sistoliknya normal sebesar 9 responden (30,0%), normal tinggi sebesar 5 responden (16,7%), hipertensi ringan dan sedang masing-masing 7 responden (23,3%) dan hipertensi berat ada 2 responden (6,7%). Sedangkan responden yang diastoliknya normal sebesar 3 responden (10,0%), normal tinggi sebesar 1 responden (3,3%), hipertensi ringan sebesar 17 responden (56,7%), hipertensi sedang sebesar 8 responden (26,7%) dan hipertensi berat ada 1 responden (3,3%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tekanan darah sistolik normal dan diastolik mengalami hipertensi ringan.

Berdasarkan penelitian Suherly (2012) menyatakan bahwa tekanan darah sistolik sebelum perlakuan paling banyak adalah kategori normal (140-159 mmHg) sebanyak 71,4%. Tekanan darah diastolik sebelum perlakuan paling banyak adalah kategori hipertensi ringan (90-99mmHg) sebanyak 96,4%.

Hasil penelitian terhadap responden setelah dilakukan terapi musik diperoleh hasil bahwa rata-rata tekanan hasil sistolik setelah diberikan perlakuan terapi musik instrumental diperoleh hasil rata-rata sistolik sebesar 142,72 mmHg dengan mode sebesar 130 mmHg dengan sistolik tertinggi 178 mmHg dan sistolik terendah 120 mmHg dengan standar deviasi 16,34 mmHg. Sedangkan pada tekanan darah diastolik setelah diberikan perlakuan terapi musik instrumental diperoleh hasil rata-rata diastolik sebesar 79,83 mmHg dengan mode sebesar 90 mmHg dengan diastolik tertinggi 110 mmHg dan diastolik terendah 70mmHg dengan standar

deviasi 26,25 mmHg. Hasil penelitian memberikan gambaran bahwa dengan dilakukan terapi musik terjadi penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik.

Hasil penelitian sistolik setelah diberikan perlakuan terapi musik instrumental yang normal sebesar 9 responden (30,0%), normal tinggi sebesar 6 responden (20,0%), hipertensi ringan sebesar 10 responden (33,33%), hipertensi sedang sebesar 5 responden (16,7%) dan hipertensi berat tidak ada (0,0%). Sedangkan tekanan darah diastolik responden yang normal sebesar 7 responden (23,3%), normal tinggi sebesar 6 responden (20,0%), hipertensi ringan sebesar 14 responden (46,7%), hipertensi sedang sebesar 1 responden (3,3%) dan hipertensi berat ada 2 responden (6,7%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tekanan darah sistoliknya hipertensi ringan dan diastoliknya mengalami hipertensi ringan.

Berdasarkan penelitian Suherly (2012) menyatakan bahwa tekanan darah sistolik sesudah perlakuan paling banyak adalah kategori hipertensi ringan (140-159 mmHg) sebanyak 64,3%. Tekanan darah diastolik sesudah perlakuan paling banyak adalah kategori normal (<85mmHg) sebanyak 57,1%.

Terapi musik menurut Djohan (2006, hlm.25) untuk membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi, meningkatkan memori, serta menyediakan kesempatan yang unik untuk berinteraksi dan membangun kedekatan emosional. Sedangkan efek fisiologis dapat mengakibatkan energi otot akan meningkat atau menurun terkait dengan stimulus irama, tarikan nafas dapat menjadi teratur, timbulnya efek pada nadi

menjadi teratur, tekanan darah stabil, serta fungsi endokrin. Jadi terapi musik dapat membantu mengatasi stress, mencegah penyakit dan meringankan rasa sakit.

1. Perbedaan Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Musik Instrumental Di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang, didapatkan hasil *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada tekanan darah sistolik sebesar 2,077 mmHg dengan *p value* sebesar 0,038 sedangkan pada tekanan darah diastolik sebesar 3,270 mmHg dengan *p value* sebesar 0,001. Karena nilai *p value* lebih kecil dari 0.05 dengan demikian  $H_0$  diterima, yang berarti ada perbedaan penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi sebelum dan sesudah diberikan terapi musik instrumental di Panti Werda Pengayoman PELKRIS Semarang.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa responden dengan dilakukan terapi musik, maka akan terjadi penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik. Hal ini terlihat pada hasil penelitian dimana sebelum diberikan perlakuan terapi musik instrumental, tekanan darah sistolik rata-rata sebesar 145 mmHg dan sesudah diberikan perlakuan terapi musik instrumental turun menjadi 142,70 mmHg. Jadi pada sistolik terjadi penurunan tekanan darah sebesar 2,30 mmHg. Pada tekanan darah diastolik, sebelum diberikan perlakuan terapi musik instrumental rata-rata sebesar 92,03mmHg sedangkan sesudah diberikan terapi musik instrumental turun menjadi 79,83 mmHg. Jadi dengan terapi musik instrumental dapat



menurunkan tekanan darah diastolik sebesar 12,2 mmHg.

Tingkat penurunan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik hasil penelitian diperoleh hasil bahwa responden yang mengalami penurunan sistolik sebanyak 19 responden, yang mengalami peningkatan sebanyak 4 responden dan yang tidak mengalami 7 responden. Pada responden yang tidak mengalami perubahan bahkan mengalami peningkatan tekanan darah sistolik. Hal ini memberikan gambaran bahwa sebagian besar responden mengalami penurunan, walaupun masih ada yang tidak mengalami penurunan bahkan terjadi peningkatan tekanan darah sistoliknya. Hal ini dapat disebabkan kurang fokusnya dalam pelaksanaan terapi musik pada lansia. Sedangkan yang mengalami penurunan sebanyak 19 responden hal ini memberikan gambaran para lansia mau melakukan terapi musik dengan sungguh-sungguh sehingga hasil yang diperolehnya juga mengalami penurunan tekanan darah sistoliknya.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan sistolik pada lansia sebelum di berikan terapi musik di dapatkan nilai  $p$  sebesar 0,0001 ( $<0,05$ ), sistolik sesudah di berikan terapi musik di dapatkan nilai  $p$  sebesar 0,025 ( $<0,05$ ), diastolik pada lansia sebelum di berikan terapi musik di dapatkan nilai  $p$  sebesar 0,001 ( $<0,05$ ), dan diastolik pada lansia sesudah di berikan terapi musik di dapatkan nilai  $p$  sebesar 0,0001 ( $<0,05$ ).

#### SARAN

1. Bagi Pelayanan Keperawatan Komunitas  
Hasil penelitian ini dapat dijadikan tambahan pengetahuan dan keterampilan dalam melaksanakan asuhan keperawatan dengan memberikan terapi musik untuk

menurunkan hipertensi pada usia lanjut.

2. Bagi Institusi Pendidikan  
Untuk institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah literatur bagi calon tenaga kesehatan, bahwa disamping penggunaan obat-obatan untuk menurunkan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi, dimana salah satu terapi yang dapat dilakukan adalah terapi musik.
3. Bagi Panti Werda  
Bagi pengurus atau pengelola panti werda, hal penelitian ini dapat diaplikasikan untuk menurunkan para penderita hipertensi lansia sehingga para penderita hipertensi tidak tergantung pada obat-obatan.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Untuk penelitian selanjutnya, dapat dilakukan terapi selain music sehingga akan diperoleh hasil yang lebih valid lagi seperti terapi senam lansia, terapi minum air putih, terapi pijat dan lain-lain.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (2011). *Berita Nasional*. <http://beritadara.com/artikel/nasional/46716>. diperoleh tanggal 19 November 2012.
- \_\_\_\_\_. (2011). *Tahukahkamu*. <http://www.tahukahkamu.com/2011/12/5-provinsi-dengan-jumlah-lansia.html#>. di peroleh tanggal 19 November 2012.
- Azizah, M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Djohan. (2006). *Terapi Musik Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Galangpres.
- Hermana. (2007). *Penduduk lanjut usia di indonesia dan masalah kesejahteraanya*. <http://www.kemsos.go.id/modules.php?name=News&file=article&sid=522> diperoleh 4 november 2012.

- Makhfudli, E. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktek dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Maryanti. (2010). Pengaruh Terapi Musik Gamelan Jawa Nada Slendro Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Yuswo Ardhi RW XVII Kelurahan Srandol Wetan Semarang: Di peroleh tanggal 4 November 2012
- Notoatmodjo, S. (2002). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta .
- Nursalam, (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.