

Naskah Publikasi
PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI BPSTW
ABIYOSO SLEMAN YOGYAKARTA

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
di Program Studi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Alma Ata Yogyakarta



Oleh :

Novitasari

130100421

PROGRAM STUDI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
2017

LEMBAR PERSETUJUAN

Naskah Publikasi

PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DI BPSTW ABIYOSO SLEMAN YOGYAKARTA

Disusun Oleh :

Novitasari
130100471

Telah Memenuhi Syarat dan Disetujui untuk Diseminarkan
di Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan
Universitas Alma Ata Yogyakarta

Pembimbing I

Dr. Sri Werdati, S.K.M., M.Kes
Tanggal.....

Pembimbing II

Okawana Maharani, M.Kes
Tanggal.....

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan
Universitas Alma Ata

Dr. Sri Werdati, S.K.M., M.Kes

Pernyataan

Dengan Ini Pembimbing Skripsi Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Alma

Ata Yogyakarta :

Nama : Novitasari

Nim : 130100421

Judul : Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di BPSTW Abiyoso Sleman Yogyakarta.

Setuju / ~~Tidak Setuju~~*) Naskah Ringkasan Disetujui Oleh Mahasiswa Yang Bersangkutan Dipublikasikan Dengan/~~Tanpa~~*) Mencantumkan Nama Pembimbing Sebagai Co-Author.

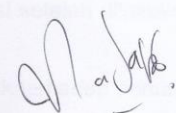
Demikian Pernyataan Ini Dibuat Untuk Di Koreksi Bersama

Yogyakarta, Juli 2017

Pembimbing I

Pembimbing II


Dr. Sri Werdati, S.K.M, M.Kes


Oktaviana Maharani, M.Kes

*)Gores yang tidak perlu

Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Di BPSTW Abiyoso Sleman Yogyakarta

Novitasari¹, Sri Werdati², Oktaviana Maharani³

Intisari

Latar Belakang : *World Health Organization* Menyatakan penyakit tidak menular pada lansia di antaranya hipertensi, Hipertensi menjadi masalah pada lanjut usia karena sering ditemukan. Lebih dari separuh kematian di atas usia 60 tahun disebabkan oleh penyakit jantung dan serebrovaskuler. Gejala-gejalanya itu adalah sakit kepala/rasa berat di tengkuk, pusing (vertigo), jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan. Berbagai upaya dalam penatalaksanaan menangani penderita hipertensi telah banyak dilakukan baik secara pengobatan farmakologi maupun nonfarmakologi dan pengobatan komplementer. Sekarang sedang tren pengobatan menggunakan komplementer seperti terapi musik terhadap tekanan darah lansia.

Tujuan Penelitian : untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia.

Metode Penelitian : Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan two group pre and post test design. rancangan penelitian ini, terdapat kelompok kontrol dan kelompok intervensi yang dilakukan *pretest* dan *posttest*. Populasi dalam penelitian ini terdapat 44 lansia. Sampel yang digunakan sebanyak 40 responden dengan menggunakan *purposive sampling*.

Hasil : Perbedaan tekanan darah pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum dilakukan pemberian terapi musik pada lansia dengan tekanan darah memiliki nilai p-value 0,606. Sedangkan pada kelompok kontrol dan intervensi setelah dilakukan pemberian terapi musik memiliki tekanan darah nilai p-value 0,001.

Kesimpulan : Ada pengaruh pemberian Terapi Musik terhadap penurunan tekanan darah lansia di BPSTW Abiyoso Sleman Yogyakarta selama 3 hari berturut-turut dalam waktu 10 menit, oleh karena itu terapi musik dapat diterapkan untuk menurunkan tekanan darah dan menjadi pengobatan alternatif.

Kata Kunci : Terapi Musik, Penurunan Tekanan Darah, Lansia

Effect of Music Therapy on Blood Pressure to Elder People in BPSTW Abiyoso, Kaliurang, Yogyakarta

Novitasari¹, Sri Werdati², Oktaviana Maharani³

Abstract

Background: The World Health Organization declare that non-communicable diseases in the elderly in whom hypertension, hypertension becomes a problem in the elderly because it is often found Over half the deaths over the age of 60 years due to cardiovascular and cerebrovascular disease. The symptoms that are headaches / heaviness in the nape of the neck, dizziness (vertigo), palpitations, fatigue, blurred vision, ringing in the ears (tinnitus), and nosebleeds. Various efforts in addressing the management of hypertensive patients have been carried out both pharmacological and non-pharmacological treatment and complementary medicine is a trend now to use complementary treatments such as music therapy on blood pressure of elderly.

Objective: To determine the effect of music therapy on the reduction of blood pressure in the elderly.

Methods: The study is an experimental study with two group pre and post test design. This study design, there is a control group and intervention group pretest and posttest. The population in this study there were 44 elderly. The sample used by 40 respondents using purposive sampling.

Results: The difference in blood pressure in the intervention and control prior to administration of music therapy in elderly with blood pressure has a p-value 0.606, whereas in the control group and the intervention after music therapy has a blood pressure value p-value of 0.001.

Conclusion: There is the effect of music therapy to decrease blood pressure of elderly in BPSTW Abiyoso Kaliurang, Yogyakarta for 3 days in a row within 10 minutes. Therefore; music therapy can be applied to lower blood pressure and into alternative medicine.

Keywords: Music Therapy, Blood Pressure Drops, Elder people

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization yang dikutip oleh Rahajeng (2009), memperkirakan pada tahun 2020 PMT (Penyakit Tidak Menular) akan menyebabkan 73 % kematian dan 60 % seluruh kesakitan di dunia. Salah satu PMT yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini adalah Hipertensi yang disebut sebagai *the silent killer*. Penduduk Amerika yang berusia 60 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa namun sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Gejala-gejalanya itu adalah sakit kepala, rasa berat di tengkuk, pusing (vertigo), jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan. (1)

Hipertensi / Tekanan darah tinggi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai jaringan. Hipertensi merupakan resiko 12 kali lebih besar bagi penderitanya untuk menderita stroke dan 6 kali lebih besar untuk terkena serangan jantung. Hipertensi salah satu tanda penyakit kronis, hipertensi ikut berperan dalam kematian ribuan orang karena penyakit bawaanya yang lebih bahaya, seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung dan gagal ginjal terminal. (2).

Prevalensi hipertensi pada penduduk berumur 18 tahun ke atas di Indonesia tahun 2013 sebesar 25,8%. Berdasarkan pengukuran riskesdas mengenai hipertensi, Di Yogyakarta adaalah salah satu provinsi yang menempati urutan ke 2 di Indonesia dengan prevalensi sebesar 42,3 % yang tidak sedang minum obat dan 13,9 % yang sedang meminum obat (Risikesdas RI 2013) sedangkan proporsi kasus hipertensi yang telah didiagnosis oleh tenaga kesehatan dan sedang minum obat hipertensi di daerah Sleman sebesar 8,1 % dan yang tidak sedang minum obat 7,8 %. Kabupaten sleman dengan luas 574,82 km² yang merupakan kabupaten yang besar di wilayah Yogyakarta. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah angka prevalensi hipertensi di kota tersebut menjadi indikasi bahwa hipertensi perlu diatasi untuk mencegah terjadinya komplikasi seperti stroke, gangguan jantung , maupun gagal ginjal kronik.(7).

Hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer kesehatan. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8 % Pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun

obat-obatan yang efektif banyak tersedia. (1).

Berbagai upaya dalam penatalaksanaan menangani penderita hipertensi telah banyak dilakukan, baik pengobatan medis maupun alternatif. Aspek fisiologis yang menjadi alasan klien dalam menjalani terapi alternatif adalah terbebasnya dari efek samping obat kimia. Tren pengobatan hipertensi saat ini yang sering dilakukan yaitu dengan menggunakan terapi alternatif seperti terapi musik. Selain efektifitas dari terapi itu sendiri, langkah pengobatan alternatif bisa menjadi upaya awal pasien dalam usaha pemberdayaan diri. Sekarang sudah banyak penggunaan terapi non farmakologi seperti terapi instrumental music classic yang di praktasai oleh Don Campbell dalam bukunya efek mozart. (2).

Musik yang terdiri dari kombinasi ritme, irama, harmoni dan melodi sejak dahulu diyakini mempunyai pengaruh terhadap pengobatan orang sakit. Seiring dengan perkembangan zaman ketertarikan para peneliti terhadap musik dan bagaimana pengaruhnya terhadap kesehatan juga mengalami perkembangan. Mendengarkan musik klasik dapat mengurangi kecemasan dan stres sehingga tubuh mengalami relaksasi, yang mengakibatkan penurunan tekanan darah tinggi dan

relaksasi. Menurut hasil penelitian yang dilakukan Mike Yavie dkk, Sebanyak 30 orang penderita hipertensi dewasa, yang diperdengarkan musik selama 10 menit setiap hari selama 7 hari berturut-turut ternyata mampu menurunkan tekanan darah. (3). Hasil dari studi pendahuluan pada 8 Januari 2017 yang dilakukan peneliti di BPSTW Abiyoso Sleman di dapatkan hasil, populasi di BPSTW Abiyoso Sleman sebanyak 126 orang, 38 laki-laki dan 88 perempuan. Dari data di atas terdapat 44 lansia yang menderita hipertensi.

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat mencegah peningkatan hipertensi dengan menggunakan cara yang paling nyaman. Karena menurut pandangan peneliti sesuai dengan prevalensi hipertensi di Indonesia, pengobatan medis yang biasa dilakukan dalam dunia kesehatan belum mampu mengatasi tingginya kasus hipertensi yang terjadi di Indonesia. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh terapi musik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

BAHAN dan METODE

Jenis rancangan penelitian ini “*Quasi Experimental Pre-Post Test With Control Group*” dengan intervensi terapi musik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi music terhadap tekanan darah pada lansia sebelum dan sesudah pemberian intervensi di Balai Pelayanan Tresna Werdha Abiyoso Sleman Yogyakarta. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi music terhadap tekanan darah pada kelompok intervensi yang di berikan terapi musik dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan terapi musik diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh terapi music terhadap tekanan darah pada lansia di Balai Pelayanan Tresna Werdha Abiyoso Kaliurang Sleman Yogyakarta.

Penelitian ini dilaksanakan selama 3 hari berturut-turut dan dilakukan tindakan intervensi pemberian terapi music selama 10 menit pada kelompok intervensi dan di berikan *Pretest* dan *posttest* begitu pula dengan kelompok kontrol. diberikan *pretest* dan *posttest*, penelitian ini dimulai pada hari jum'at 10 juni 2017 sampai dengan hari minggu 12 juni 2017.

Cara pengambilan sampel ini menggunakan tehnik pengambilan sampel dengan rancangan *simple*

random sampling yaitu teknik sampling yang paling sederhana atau juga dapat disebut random murni. Dengan syarat populasi yang akan di random benar-benar homogen atau mendekati homogen, untuk menemukan populasi yang homogen maka responden harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Analisa data menggunakan analisis *univariat* dan *bivariat* dengan uji pengganti *wilcoxon* dan *mann whitney*. Variabel independen penelitian ini yaitu pengaruh terapi musik sedangkan dependent yaitu tekanan darah. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan musik keroncong selama 10 menit dan tensimeter.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini di lakukan di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta. Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso merupakan panti sosial yang di tempati oleh para lansia, panti ini melaksanakan pelayanan dengan baik secara fisik, jasmani, dan rohani mensejahterakan kesehatan seluruh lansia agar mereka hidup secara layak. Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso sebagai lembaga pelayanan lanjut usia merupakan

panti milik pemerintah dan memiliki sumber daya yang professional jumlah lansia yang tinggal di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso sebanyak 126 lansia, 38 laki-laki dan 88 perempuan.

Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Yogyakarta memiliki dua Unit yaitu Balai Pelayanan Sosial Werdha Budi Luhur Yogyakarta yang terletak di Dusun Kasongan Bangunjiwo Kasihan Bantul dan Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta yang terletak di Dusun Duwestari Binangan Pakem Sleman Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta di Dusun Duwestari Binangan Pakem Sleman Yogyakarta.

Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta memiliki luas tanah 9.702 meter persegi, dengan luas bangunan 2.887 meter persegi daya tampung mencapai 120 lansia. Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta memiliki 12 Wisma yaitu terdiri dari wisma Jolotundan, wisma Gondomandono, wisma Indrokilo, wisma Balekambang, wisma Pangombaan, wisma Grojokan

Sewu, wisma Andong Sumawi, wisma Wukiratawu, wisma Talkondo, wisma Sapto Pratoko, wisma Giri Sarangan, wisma Isolasi.

Karakteristik Responden Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami stres yaitu stres ringan dan sedang di BPSTW Abiyoso yang memenuhi kriteria peneliti. Dalam penelitian ini menggunakan 46 responden yaitu diantaranya 23 lansia masuk dalam kelompok intervensi dan di berikan tindakan intervensi dan 23 lansia masuk dalam kelompok kontrol yaitu yang tidak diberikan perlakuan atau intervensi.

a. Karakteristik Usia

Berdasarkan usia dan jenis kelamin responden dapat di kelompokkan seperti table 4.1.

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden lansia berdasarkan usia dan jenis kelamin di BPSTW Abiyoso

Usia	kelompok intervensi		kontrol	
	jumlah (n)	frekuensi (%)	jumlah (n)	frekuensi (%)
50-60	2	10	0	0
61-70	3	15	8	40
71-80	9	45	6	30
81-90	6	30	6	30
Total	20	100	20	100
Jenis Kelamin				
Laki-Laki	14	70	8	40
perempuan	6	30	12	60
Total	20	100	20	100

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan lansia yang menderita hipertensi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Karakteristik usia diatas di sesuaikan dengan organisasi WHO. Pada kelompok intervensi sebagian besar yang mengalami hipertensi pada usia 71-80 tahun yaitu sebanyak 9 orang (45 %), sedangkan karakteristik usia pada kelompok kontrol sebagian besar usia 61-70 tahun sebanyak 8 orang (40 %). Tabel diatas terdapat jenis kelamin perempuan dan laki-laki sedangkan yang mendominasi penderita hipertensi yaitu laki-laki pada kelompok intervensi dan perempuan pada kelompok kontrol di BPSTW Abiyoso Yogyakarta dengan total 14 lansia dengan presentase (70 %) pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok kontrol terdapat 12 lansia dengan presentase (60 %) di BPSTW Abiyoso Kalitirang Yogyakarta.

b. Perbedaan Tekanan Darah pada kelompok Intervensi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian Terapi Musik.

Tabel 4.2 Perbedaan tekanan darah pada kelompok Intervensi sebelum (pre) dan setelah (post) dilakukan pemberian Terapi Musik pada Lansia di BPSTW Abiyoso.

Kelompok	Tekanan Darah	Mean	p-value
Intervensi	Sistolik pre	159,50	0,000
	post	143,50	
	Diastolik Pre	89,50	0,001
	post	78,50	

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian Terapi musik selama 3 hari dengan waktu 10 menit didapatkan hasil uji analisis data pada kelompok intervensi, bahwa tekanan darah sistolik mengalami penurunan dengan nilai signifikan $p=0,000$ atau $<0,05$ dengan penurunan tekanan darah sistolik sebesar 16 mmHg. Sedangkan pada tekanan darah diastolik didapatkan penurunan tekanan darah dengan nilai signifikan $p=0,001$ atau $<0,005$ dengan penurunan tekanan darah diastolik sebesar 11 mmHg. Sehingga dalam pemberian Terapi musik pada pada lansia dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik.

c. Perbedaan Tekanan Darah pada kelompok Kontrol sebelum dan Sesudah dilakukan pemberian Terapi Musik.

Tabel 4.3 Perbedaan tekanan darah pada kelompok kontrol sebelum (pre) dan setelah (post) dilakukan pemberian Terapi Musik pada Lansia di BPSTW

Kelompok	Tekanan Darah	Mean	p-value	
Kontrol	Sistolik	Pre	142,50	0,415
		Post	140,50	
	Diastolik	Pre	83,00	0,794
		Post	83,50	

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil uji analisis data pada kelompok kontrol, bahwa tekanan darah sistolik maupun diastolik tidak mengalami penurunan dengan nilai signifikan $p= 0,415$ sama dengan $>0,05$ dan $p=0,794$ sama dengan $>0,05$. Di dapatkan hasil perbedaan tekanan darah sistolik sebesar 2 mmHg dan diastolik sebesar 0,5 mmHg. Sehingga pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan terapi music tidak ada penurunan tekanan darah.

d. Perbedaan dua kelompok sebelum intervensi

Tabel 4.4 Perbedaan tekanan darah pada dua kelompok kelompok Intervensi dan Kontrol sebelum dilakukan pemberian Terapi Musik pada Lansia di BPSTW Abiyoso Kaliurang Yogyakarta

Tekanan Darah	Mean	value
Sistolik	Intervensi	159,50
	Kontrol	142,50
Diastolik	Intervensi	89,50
	Kontrol	83,00

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil uji analisis data pada dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, bahwa tekanan darah sistolik maupun diastolik tidak mengalami penurunan dengan nilai signifikan $p= 0,606$ sama dengan $>0,05$ dengan

hasil rata-rata tekanan darah sistolik untuk kelompok intervensi sebesar 159,50/89,50 mmHg dan 142,50/83,00 mmHg untuk kelompok kontrol. Kedua kelompok ini memiliki perbedaan pada tekanan darah sistolik sebesar 17 mmHg dan diastolik sebesar 6,5 mmHg. Sehingga pada kelompok intervensi dan kontrol sebelum diberikan terapi music tidak ada penurunan tekanan darah.

e. Perbedaan dua kelompok sesudah intervensi

Tabel 4.5 Perbedaan tekanan darah pada dua kelompok yaitu kelompok Intervensi dan Kontrol sesudah dilakukan pemberian Terapi Musik pada Lansia di BPSTW Abiyoso Kaliurang Yogyakarta.

Tekanan Darah	Mean	value
Sistolik	Intervensi	143,50
	Kontrol	140,50
Diastolik	Intervensi	8,50
	Kontrol	3,50

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil uji analisis data pada dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol, bahwa tekanan darah sistolik maupun diastolik tidak mengalami penurunan dengan nilai signifika

$p = 0,001$ sama dengan $>0,05$, dengan perbedaan tekanan darah sistolik sebelum diberikan terapi music pada kelompok intervensi sebesar 159,50/89,50 dan sesudah di berikan terapi music sebesar 143,50/83,50 kedua tekanan darah ini mengalami penurunan sebesar 16 mmHg. Kelompok control dengan tekanan darah sebelum perlakuan sebesar 142,50/83,00 dan sesudah perlakuan sebesar 140,50/83,50 mmHg, kedua tekanan darah ini mengalami peningkatan sebanyak 2 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan untuk tekanan darah diastolik mengalami kenaikan sebesar 0,5 mmHg. Sehingga pada kelompok intervensi sesudah di berikan terapi music dan kontrol sesudah diberikan perlakuan ada penurunan tekanan darah

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan Usia

Hasil penelitian berdasarkan usia pada responden yang menderita hipertensi pada lansia menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kisaran usia 71-80 tahun yaitu sebanyak 9 lansia (45 %) untuk kelompok intervensi dan

usia 61-70 tahun sebanyak 8 lansia (40%) untuk kelompok kontrol. Setelah seseorang berumur lebih dari 45 tahun dinding arteri akan mengalami penebalan karena penumpukan kolagen pada lapisan otot sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku. Selain itu seseorang diatas 30 tahun dapat mengidap hipertensi dikarenakan pola hidup yang berubah dimana jarang melakukan kegiatan diluar rumah seperti olahraga dan kegiatan lainnya (5).

Hasil penelitian Rahajeng menemukan bahwa pada lansia umur 60-64 tahun terjadi peningkatan resiko hipertensi sebesar 2,18 kali, umur 65-69 tahun 2,45 kali dan umur >70 tahun 2,97 kali. Tingginya hipertensi sejalan dengan bertambahnya umur, disebabkan oleh perubahan struktur pada pembuluh darah besar, sehingga lumen menjadi lebih sempit dan dinding pembuluh darah menjadi kaku, sebagai akibat adalah meningkatnya tekanan darah. (1).

Bertambahnya umur seseorang mengakibatkan tekanan darah meningkat, karena dinding arteri

pada usia lanjut (lansia) akan mengalami penebalan yang mengakibatkan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku (5).

Terjadi peningkatan tekanan darah pada lansia terjadi pada umur 61 keatas karena lansia di atas umur 45 tahun dinding arteri akan menebal dan pembuluh darah menyempit jadi darah akan terus meningkat dan pada lansia sudah terjadi penurunan kerja pada pembuluh darah jadi darah akan menumpuk dan menyebabkan tekanan darah tinggi (5).

b. Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukan mayoritas penderita hipertensi pada lansia dialami oleh perempuan yaitu sebanyak 46 lansia penelitian yang dilakukan oleh Khotimah 2013 juga menunjukan bahwa penderita hipertensi di usia tua sering terjadi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki, dari hasil penelitiannya mencantumkan sebanyak 59,7 % perempuan mengalami hipertensi, sedangkan laki-laki hanya sebesar 40,3 %. Hal ini disebabkan karena perempuan

akan mengalami peningkatan resiko tekanan darah tinggi (hipertensi) setelah *menopause* yaitu dengan kisaran usia diatas 45 tahun. Perempuan di usia muda saat belum memasuki usia *menopause* akan dilindungi oleh *hormone estrogen* yang berperan dalam peningkatan kadar *High Density Lipoprotein(HDL)*. Kadar kolesterol HDL rendah dan tingginya kolesterol LDL (*Low Density Lipoprotein*) mempengaruhi terjadinya proses *aterosklerosis* dan mengakibatkan tekanan darah tinggi.(5).

Dari beberapa penelitian lansia berjenis kelamin perempuan yang mengalami peningkatan tekanan darah karna wanita setelah *menopause* hormone estrogen tidak akan di produksi dan tekanan darah sulit untuk di kendalikan dan menyebabkan tekanan darah tinggi.

c. Distribusi Frekuensi peningkatan Tekanan Darah

Hasil penelitian menunjukan rata-rata tekanan darah pada kelompok intervensi dan kontrol lansia adalah sebesar 140-160 mmHg untuk sistolik dan diastolic sebesar 80-100 mmHg.

Berdasarkan Lembaga Kesehatan, hasil yang demikian diatas, merupakan salah satu hipertensi stadium I dan stadium II, dimana kedua jenis hipertensi tersebut memiliki standar darah, dengan sistolik 140-170 mmHg dan diastolik 90-110 mmHg, penelitian yang Mike Yevie 2012 juga menunjukkan bahwa tekanan darah sebelum perlakuan memiliki rata-rata sebesar 145/92,03 mmHg. Dalam penelitian ini Mike Yevie 2012 menemukan hasil penelitian sistol sebelum di berikan intervensi sebesar 145 mmHg dan setelah diberikan intervensi menjadi 142,7 jadi penelitian ini memiliki perbedaan sebesar 2,3 mmHg. Jika di bandingkan dengan hasil penelitian peneliti ada perbedaan dalam penurunan tekanan darah sistol yang dapat di katakana bahwa terapi musik keroncong lebih efektif di banding terapi musik instrumental, hal ini di buktikan dengan penurunan tekanan darah pada terapi musik keroncong sebanyak 16 mmHg dan untuk terapi music instrumental sebanyak 2,3 mmHg. Hal ini disebabkan, pada usia lanjut peningkatan tekanan pada lansia berawal dari disfungsi *endotel* akibat penuaan dimana produksi

vasodilator seperti *nitric Oxide (NO)* dan *prostacyclin* oleh sel endotel sudah sangat berkurang, NO diketahui sebagai *vasodilator* kuat dan memiliki peran penting dalam pengaturan *agregasi platelet*, *ploriferasi* otot polos serta adhesi leukosit. Oleh karena itu, pada lansia sering mengalami sindrom *White-Coat*, yaitu fenomena dimana tekanan darah dapat naik secara signifikan karena terlalu peka terhadap perubahan lingkungan (3,4,8,9).

Di Indonesia masalah hipertensi cenderung meningkat. Hasil Survei RISKESDAS menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk berumur 18 tahun ke atas di Indonesia tahun 2013 sebesar 25,8%. Berdasarkan pengukuran riskesdas mengenai hipertensi, Di Yogyakarta adalah salah satu provinsi yang menempati urutan ke 2 di indonesia dengan prevalensi sebesar 42,3 % yang tidak sedang minum obat dan 43,9 % yang sedang meminum obat (Riskesdas RI 2013) sedangkan proporsi kasus hipertensi yang telah didiagnosis oleh tenaga kesehatan dan sedang minum obat hipertensi di daerah Sleman sebesar 8,1 % dan yang tidak sedang minum obat 7,8 %.

Kabupaten Sleman dengan luas 574,82 km² yang merupakan kabupaten yang besar di wilayah Yogyakarta. Oleh sebab itu, penyakit hipertensi harus dicegah dan diobati. Hal tersebut merupakan tantangan kita di masa yang akan datang. (4).

1. Perbedaan Tekanan Darah sebelum (pre) dan sesudah (post)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa Terapi Musik berpengaruh menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik. Dengan diperoleh hasil yang signifikan menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian Terapi Musik selama 3 hari dengan waktu 10 menit didapatkan hasil uji analisis data pada kelompok intervensi, bahwa tekanan darah sistolik mengalami penurunan dengan nilai signifikan $p=0,000$ atau $<0,05$. Dengan penurunan tekanan sistolik sebesar 16 mmHg. Sedangkan pada tekanan darah diastolik didapatkan penurunan tekanan darah sebesar 2 mmHg dan dengan nilai signifikan $p=0,001$ atau $<0,005$. Hal ini sesuai

dengan penelitian yang dilakukan Mike Yevie 2012 yang menunjukkan angka $p=0,038$ untuk tekanan darah sistolik dan $0,001$ untuk tekanan darah diastolik. Dengan penurunan tekanan darah sistolik sebesar 2,3 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 12,2 mmHg. Perbedaan hasil pada dua penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik keroncong lebih efektif menurunkan tekanan darah dibandingkan terapi musik instrumental.

Terapi Musik merupakan salah satu teknik penyembuhan alternatif yang meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, timbre, bentuk dan gaya yang diorganisir sedemikian-rupa hingga tercipta musik yang bermanfaat untuk kesehatan fisik dan mental. Terapi musik bisa diterima oleh semua orang karena kita tidak membutuhkan kerja otak yang berat untuk menginterpretasi alunan musik. Terapi musik sangat mudah diterima organ pendengaran kita dan kemudian melalui saraf

pendengaran disalurkan ke bagian otak yang memproses emosi (sistem limbik). Pengaruh musik sangat besar bagi pikiran dan tubuh manusia. (3,4,6).

Musik memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan pikiran seseorang. Ketika musik diterapkan menjadi sebuah terapi, musik dapat meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Memiliki beberapa kelebihan, yaitu karena musik bersifat nyaman, menenangkan, membuat rileks, berstruktur, dan universal. Perlu diingat bahwa banyak dari proses dalam hidup kita selalu berirama. Sebagai contoh, nafas kita, detak jantung, dan pulsasi semuanya berulang dan berirama. (16).

Salah satu figur yang paling berperan dalam terapi musik di awal abad ke-20 adalah Eva Vescelius yang banyak mempublikasikan terapi musik lewat tulisan-tulisannya. Ia percaya bahwa objek dari terapi musik adalah melakukan penyetaraan atau harmonisasi

terhadap seseorang melalui vibrasi. Demikian pula dengan Margaret Anderton, seorang guru piano berkebangsaan Inggris, yang mengemukakan tentang efek alat musik (khusus untuk pasien dengan kendala psikologis) karena hasil penelitiannya menunjukkan bahwa timbre (warna suara) musik dapat menimbulkan efek terapeutik. (6).

2. Perbedaan Pengaruh Terapi Musik terhadap dua Kelompok Intervensi dan Kontrol

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok. Hasil analisis mann whitney menunjukkan nilai signifikan pada tekanan darah sistolik $p= 0,000$ atau $<0,05$ dan terdapat penurunan tekanan darah pada tekanan tekanan darah diastolic yaitu $p= 0,001$ atau $<0,05$, dari analisis tersebut terapi musik berpengaruh pada penurunan tekanan darah sistolik sebesar 16 mmHg maupun diastolic sebesar 2 mmHg pada lansia hipertensi. Hal ini sesuai dengan penelitian Nurul Hidayah 2015 yang

menunjukkan penurunan pada tekanan darah sistolik setelah perlakuan sebanyak 17,36 mmHg pada terapi music klasik dan 13,76 mmHg pada pemberian aromaterapi mawar. Hal ini menunjukkan bahwa terapi music klasik lebih efektif menurunkan tekanan darah di banding dengan terapi music keroncong. Hal ini juga menunjukkan bahwa terapi musik keroncong lebih efektif menurunkan tekanan darah disbanding pemberian aromaterapi mawar. (4).

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa memberikan terapi musik dapat menurunkan tekanan darah karena cara ini mempunyai peran yang besar dalam mengatur sistem kerja otak. Terapi musik ini bisa terapi music aktif atau pasif.

Dari hasil perbedaan sebelum intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di dapatkan hasil ada penurunan tekanan darah pada kelompok intervensi di BPSTW Abiyoso sleman Yogyakarta sebelum

(pre) dan sesudah (post) diberikan terapi musik selama 10 menit dalam waktu 3 hari berturut-turut dengan nilai *mean* sebelum (159,50) dan nilai *mean* sesudah (143,50) dengan nilai *p-value* 0,000 pada tekanan darah sistolik sedangkan pada tekanan darah diastolik nilai *mean* sebelum (89,50) dan *mean* sesudah (78,50) dengan nilai *p-value* 0,001 .

Simpulan

1. Responden yang tinggal di bpstw Abiyoso sebagian besar berjenis kelamin perempuan, dan yang menjadi responden penelitian banyak yang berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 22 lansia.
2. Responden yang tinggal di bpstw Abiyoso sebagian besar berusia 60 tahun keatas.
3. Ada pengaruh dari tindakan yang diberikan yaitu pemberian terapi musik pada lansia di bpstw Abiyoso tahun 2017 dengan didukung halis *P Value* $0,000 < 0,05$.

Daftar rujukan

1. Rahajeng. Prevalensi Hipertensi dan Determinan di Indonesia. 2009 12 Januari 2017.
2. Sustrani . Hipertensi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2006.
3. Yevie Mike Nafilasari. Perbedaan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Sebelum dan Sesudah di Berikan Terapi Musik Instrumental Di Panti Werda Pengayoman Pelkis Kota Semarang. 2012;(1-10).
4. Hidayah Nurul. Perbandingan Efektifitas Terapi Musik Klasik Dengan Aromaterapi Mawar Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. 2015; II(1317-1326).
5. Sukarmin. Pengaruh Terapi Healing Touch Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Desa Tulakan Donorojo Jepara. 2016; VII(24-29).
6. Djohan. Terapi Musik Teori dan Aplikasi Yogyakarta: PT Agramedia; 2006.
7. Machmedz Irham Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Bidang Kesehatan, Keperawatan, Kebidanan, Kedokteran Yogyakarta: Fitramaya, 2016.
8. Suwasih Siti. Pengaruh Musik Campursari Terhadap Penurunan Skor Depresi pada Lansia di PSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta. 2013
9. Khotimah. Stress Sebagai Faktor Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. 2013; III (79-83).