

Literature Review: Pengaruh Terapi Musik terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi

Adho Alif Akbar , Diah Merdekawati , Lisa Anita Sari

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi

ABSTRACT

Background of Study: Hypertension is one of the main causes of mortality and morbidity in Indonesia, hypertension treatment can be done pharmacologically and non-pharmacologically, to get low side effects, use complementary therapy, namely music therapy in lowering blood pressure, namely classical, Mozart music and instrumental music. This study aims to determine the effect of music therapy on reducing blood pressure.

Methods: This study was conducted to collect data on several types of music therapy to lower blood pressure. This research done with collect from several research results to know as much information as possible from data obtained through Google Portal Garuda (IPI), while the research instrument used was observation sheets from journal articles that have been previously researched, namely classical music therapy and instrumental music.

Results: Classical music therapy, Mozart music and instrumental music can reduce blood pressure. From the three types og music therapy, classical music therapy was the most effective. If it was done regularly so that music therapy can be used as non-pharmacological therapy to reduce blood pressure, and there was one journal which states that there was no effect of music therapy on effectiveness.

Conclusion: Three music therapies that have been compared, the most effective music therapy for lowering blood pressure was classical music therapy. For this reason, it is expected to apply nursing interventions to patients with hypertension by using complementary therapy, namely music therapy.

Keywords: Music therapy, hypertension

Korespondensi: Adho Alif Akbar, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Ibu Jambi, Jalan Tarmizi Kadir No.71 Pakuan Baru, Kec Jambi Selatan, Kota Jambi, Jambi, Indonesia, 082289880924, adhoalifakbar.ar@gmail.com.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyebab utama mortalitas dan morbiditas di Indonesia (PERKI, 2015). Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian, dikarenakan dampak yang ditimbulkannya baik jangka pendek maupun jangka panjang sehingga membutuhkan penanggulangan jangka panjang secara meyeluruh dan terpadu (Sudoyo, 2017).

Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan hampir 1 miliar orang diseluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Pada tahun 2020 sebanyak 1,56 miliar orang dewasa menderita hipertensi. Jumlah hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Diperkirakan juga setiap tahun ada 9,4 juta orang akan meninggal yang diakibatkan oleh hipertensi dan komplikasi (WHO, 2020).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2019, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 8,4%, prevalensi tertinggi terjadi di Sulawesi Utara (13,2%) dan yang terendah di Papua (4,4%) (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan data dari Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jambi (2020) diketahui bahwa jumlah penderita hipertensi tahun 2020 sebanyak 209.865 orang. Berdasarkan data dari Profil Dinas Kesehatan Kota Jambi (2020) diketahui bahwa jumlah penderita penyakit hipertensi sebanyak 17.289 orang. Data dari Dinas Kesehatan Kota Jambi tahun 2017 sebanyak 21.117 orang, 2018 sebanyak 23.895 orang, 2019 sebanyak 30.623 orang dan tahun 2020 sebanyak 17.289 orang.

Akibat lanjut yang diakibatkan oleh hipertensi yang tidak tertangani dengan baik diantaranya: krisis hipertensi, penyakit arteri perifer, aneurisma aorta dissecting, penyakit jantung koroner, angina, infark miokard, gagal jantung, gagal ginjal, aritmia, serangan iskemik sepintas (*transient ischemic attack*),

stroke, retinopati, ensefalopati hipertensi dan kematian mendadak (Sudoyo, 2017).

Hipertensi adalah faktor risiko utama morbiditas dan mortalitas kardiovaskular. Untuk mencegah dampak buruk dari hipertensi perlu dilakukan pencegahan dan pengobatan. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan nonfarmakologis (Kemenkes RI, 2015). 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 (Natalia, 2013). Ada banyak sekali jenis terapi musik yang bisa disesuaikan dengan kebutuhan pasien diantaranya adalah musik klasik, instrumentalia, slow music, orchestra dan musik modern lainnya. Musik lembut dan teratur seperti instrumentalia dan musik klasik merupakan musik yang sering digunakan untuk terapi musik (Suryana, 2012).

Terapi musik untuk menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi sangatlah beragam, namun yang paling banyak digunakan adalah musik klasik dan musik instrumental. Musik klasik dapat mengharmoniskan dan menyeimbangkan semua irama badan, termasuk denyut jantung, kecepatan bernapas, tekanan darah, frekuensi gelombang otak, dan kecepatan respiratori primer dan sering digunakan sebagai pengobatan nonfarmakologis pada pasien hipertensi (Campbell, 2012).

Maka dapat disimpulkan bahwa terapi musik instrumental dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang *literature review* pengaruh pemberian terapi musik pada penderita hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian *literature review* yang bertujuan untuk mengetahui gambaran pengaruh pemberian terapi musik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan data atau sumber berhubungan dengan terapi musik yang dapat menurunkan tekanan darah penderita hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode

pengumpulan data dengan mencari artikel melalui *google scholar* dan Portal Garuda. Instrument penelitian yang digunakan yaitu lembar observasi. Waktu penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 18 juli s/d 30 Juli 2021.

HASIL PENELITIAN

Perbedaan pemberian terapi musik klasik dan musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah.

Tabel 1 Kolektif Terapi musik dengan penurunan tekanan darah.

Jenis Musik	Peneliti	Desain	Tekanan Darah Yang diturunkan		Hasil penururan tekanan darah
			Pre sistol/diastole	post sistol /diastole	
Terapi Musik Klasik	Yuyun Priwahyuni	Quasi Experiment	151,40/94,50	150,8/95,6	0,6 -1,1
	Siauta	Quasy Experiment	Sistolik: 162	Sistolik:141	21
	Fitriani et al.	Quasy Experiment	Sistolik: 162	Sistolik:141	21
	Candrasari	Quasy Experiment	149/83,70	141,40/79,1	7,6/4,6
	Manurung et al.	Quasy Experiment	-	-	-
	Ikit Netra	Quasy Experiment	Median: 1,57	Median: 1,41	1,6
	Wirakhmi				
Terapi Musik Instrumental	Yuyun Priwahyuni	Quasi Experiment	150,80/90,90	142,60/91,40	8,2 -0,5
	Aini	Quasi Experiment	140/90	130/80	10 10
	Candrasari	Quasi Experiment	147,40/89,40	138,20/78,20	8,8 11,2
	Purnomo et al.	Quasi Experiment	156/97,826	140/90	14/7,8
	Ikram, M. H	Quasi Experiment	145/85	135/80	10 5
	Sillehu, S	Pre-experiment, One Group Pre-Post test	Sistolik: > 140 mmHg	Sistolik:100-140 mmHg	-
	Damayanti, D	Pre-experiment, One Group Pre-Post test	Stadium 1 (140-156)	Prahipertensi (120-139)	-
	Susilaningsih, D	Quasi Experiment	157/93	136/82	21 11
	Sutanta	Pre-experiment, One Group Pre-Post test	140/90 – 185/100	120/80 – 180/90	-

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 15 penelitian yang telah dilakukan untuk melihat perbandingan antara musik klasik dan musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah, menyatakan bahwa semua jurnal menunjukkan bahwa ada pengaruh dan keefektifan penurunan tekanan darah dimana ditandai dengan nilai p-value < 0,05. Pada jurnal Yuyun (2020) didapatkan pemberian

terapi musik klasik yang justru takan darah diastolik responden naik, begitu juga dengan pemberian terapi musik klasik mozart didapatkan tekanan darah diatolik yang naik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan literatur yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa dari 15 penelitian yang telah dilakukan untuk melihat

perbedaan antara terapi musik klasik dan musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah terdapat 15 jurnal menyatakan ada pengaruh dan keefektifan penurunan tekanan darah dimana ditandai dengan nilai $p\text{-value} < 0,05$ serta ada perbedaan antara tekanan darah sebelum pemberian terapi musik dan setelah pemberian terapi musik dimana tekanan darah rata-rata mengalami penurunan yang signifikan. Dari 3 terapi musik yang terdiri dari musik klasik dan musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah yang paling efektif menurunkan tekanan darah rata-rata adalah musik klasik.

Jika dilihat dari penurunan tekanan darah pemberian terapi musik klasik yang paling efektif dalam menurunkan tekanan darah dimana rata-rata penurunan 20-21 mmHg. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa mendengarkan musik klasik dapat mengubah secara efektif ambang otak yang dalam keadaan stress menjadi lebih rileks, karena musik secara mudah dapat diterima oleh organ pendengaran dan mudah ditangkap oleh otak. Musik klasik dapat mengaktifasi sistem limbik yang mengatur emosi seseorang menjadi lebih rileks yang mengakibatkan pembuluh darah berdilatasi sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Nurrahmani, 2015). Hal ini membuktikan bahwa tekanan darah pada penderita hipertensi dapat diturunkan dengan terapi musik klasik yang membantu tekanan darah turun mencapai normal.

Musik klasik bisa menjadi salah satu pilihan terapi hipertensi karena mengandung suara alam dan tanpa lirik, sehingga lebih mudah diterima dengan rileks oleh penderita hipertensi. Dengan pemberian musik sebagai alternatif dari teknik relaksasi, diharapkan pasien dengan hipertensi dapat merasa rileks dan emosional yang stabil, sehingga tekanan darah juga menjadi stabil. Terapi musik klasik (Mozart) dapat dijadikan alternatif terapi

pengganti latihan fisik bagi lansia dengan hipertensi yang memiliki keterbatasan fisik dan tidak memungkinkan untuk melakukan aktivitas fisik (Jasmarizal, 2011).

Musik instrumental dan tradisional juga digunakan sebagai terapi. Beberapa penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pemberian terapi musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi. Terapi musik instrumental yang menggunakan alat musik tradisional menunjukkan perbedaan rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi (Supriadi & Hutabarat, 2015).

Adapun dari beberapa jurnal yang dikumpulkan untuk di review, sebagian besar jurnal tidak mencantumkan decibel, fibarsi dan lain-lain, dimana hal tersebut sangat penting bagi peneliti. Selain itu perbedaan dari hasil penelitian di karenakan jumlah sampel, rentang umur responden, dan durasi pemberian terapi musik yang berbeda-beda.

Terapi untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi tidak hanya dilakukan dengan terapi farmakologi seperti obat anti hipertensi, tetapi juga dapat dilakukan dengan pemberian terapi non-farmakologis berupa terapi musik. Terdapat berbagai macam jenis terapi musik yang dapat dijadikan alternatif untuk penurunan tekanan darah seperti terapi musik klasik, terapi musik mozart dan terapi musik instrumental. Frekuensi musik yang didengarkan juga mempengaruhi tekanan darah. Untuk itu disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk menginvestigasi jenis musik lain yang dapat digunakan sebagai terapi untuk pasien hipertensi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pemberian terapi musik klasik dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penurunan tertinggi tekanan darah pada pemberian terapi musik klasik terjadi sebanyak 21 mmHg.

Terapi musik instrumental dapat menurunkan tekanan darah. Penurunan tertinggi tekanan darah pada terapi musik instrumental terjadi sebanyak 21/11 mmHg. Berdasarkan literatur yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa ada perbedaan antara terapi musik klasik, musik mozart dan musik instrumental terhadap penurunan tekanan darah dimana ditandai dengan nilai *p-value* < 0,05.

DAFTAR PUSTAKA

- Candrasari, A. (2019). Perbedaan Terapi Murrotal Dengan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Diposyandu Anggrek Desa Megawon Kecamatan Jati Kabupaten Kudus. *PROSIDING HEFA 4 th 2019*, 2(2), pp.84–89.
- Campbell. (2012). *Buku Ajar Biologi*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Fitriani, D. (2020). Effect of Classical Music on Blood Pressure in Elderly With Hypertension in Bina Bhakti Werdha Elderly Nursing Home, Indonesia. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences* (eISSN 2636-9346).
- Susilaningsih, D. (2019). Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nanggalo Padang. *Ensiklopedia of Journal*: 2(2)
- Damayanti, D. (2019). Pengaruh Mendengarkan Instrumental Klenengan Gending Jawa Klasik terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*: Vol. 10 No. 1 Juni 2019. ISSN : 2087-1287.
- Purnomo, E. (2020). The Effectiveness of Instrumental Music Therapy and Self-Hypnosis on Decreasing Blood Pressure Level among Hypertension Patients. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*: 3 (2).
- Ikram, M.H. (2018). Pengaruh Musik Instrumental Tempo Lambat yang Disukai dan Tidak Disukai terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *JK Unila*: 2(2).
- Jasmarizal (2017) Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kecamatan Koto Tangah Padang.
- Kemenkes, RI. (2015). Panduan Klinis Prolanis Hipertensi. Jakarta.
- Muhammad Ikram Hikmatyar (2018) Pengaruh Musik Instrumental Tempo Lambat yang Disukai dan Tidak Disukai terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi. JK Unila. Volume 2. Nomor 2 | Juli 2018
- Natalia, D. (2013). *Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Media
- Novita, D. (2012) *Pengaruh Terapi Musik Terhadap Tingkat Nyeri pada Pasien Pascaoperasi Open Reduction and Internal Fixation (ORIF) di RSUD Dr. H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung*. <http://lontar.ui.ac.id/file?file=digital/20328120-T30673persen20-persen20Pengaruhpersen20terapi.pdf>
- Sutanta, N. K. (2021). Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*: 14(1).
- Aini, N. (2017). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) Pada Lansia Hipertensi Stadium 1 di Desa Donowarih Karangploso Malang. *Nursing News*: 2 (3).
- Nurrahmani, U. (2012). *Stop Hipertensi*.

- Yogyakarta : Familia
- Nuryudhayanti (2015). *Pemberian Terapi Musik klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Asuhan Keperawatan Dengan Hipertensi Di Ruang Mawar 1 Rumah Sakit Umum Daerah Karanganyar. Surakarta.* Skripsi. STIKES HUSADA.
- Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jambi tahun 2020.
- Profil Dinas Kesehatan Kota Jambi tahun 2007-2020.
- Pujianto (2012) Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah di Desa Gunung Wungkal Kecamatan Gunung Wungkal Kabupaten Pati. *CENDEKIA UTAMA Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus:* 1 (1).
- Riskesdas. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018.* Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta..
- Romadoni, S. (2013) Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Masker Medika:* 1(2).
- Sillehu, 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).
- Sari, Y. P. (2018). Efektivitas Terapi Musik Mozart terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Pasien Post Operasi Fraktur. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika.* 10 (1). 69-76.
- Setiawan (2015) Musik Klasik Lebih Efektif Dibandingkan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Penurunan Tekanan Darah. *Jurnal Penelitian Keperawatan:* 1(1).
- Siauta (2017) Change of Blood Pressure and Headache in people with Hypertension Using Relaxation of Handgrip and Classical Music in Dr.M.Haulussy Hospital Ambon. *Dama International Journal of Researchers (DIJR):* 2 (5). pp. 37-44.
- Siska, F. (2019) Pengaruh Terapi Mozart Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Grade I di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang. *Jurnal Volume 7, Nomor 2, Desember 2019*
- Sudoyo, Aru. (2017). *Ilmu Penyakit Dalam.* Jilid 1. Jakarta: Interna Publishing.
- Supriadi, D., Hutabarat, E. & Monica, V. (2015). Pengaruh terapi musik tradisional kecapi suling sunda terhadap TD pada lansia dengan hipertensi. *Jurnal Skolastik Keperawatan:* 1(2), 29-35.
- Suryana, Dayat. (2012). *Terapi Musik. Dayat Suryana Independent.* Yogyakarta
- World Health Organization. (2020). *A Global Brief On Hypertension: Silent Killer.* Global Public Health Crisis.
- Yuhana, E. (2012). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. *Tarumanagara Medical Journal:* 2 (1), 130-136.
- Yulastari (2019) Terapi Musik Untuk Pasien Hipertensi: A Literatur Review. *REAL in Nursing Journal (RNJ), Vol. 2, No. 2. e-ISSN : 2685-1997*
- Yuyun Pri wahyuni (2020) Pengaruh Mendengarkan Al-Qur'an Dan Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Masyarakat Rt 05 Rw 12 Kelurahan Tangkerang

Selatan Kota Pekanbaru Tahun 2020. Al-Tamimi Kesmas Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences) <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kesmas> Volume 9, Nomor 2, Tahun 2020 p-ISSN: 2338-2147 e-ISSN: 2654-6485.