

EFEKTIVITAS TERAPI MUSIK CAMPURSARI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN LANSIA DENGAN HIPERTENSI: STUDI KASUS

Karina Puji Ramadhanti Khaliri, Ema Waliyanti

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

Email : ramadhantikhalirikarinapuji@gmail.com, emawaliyanti@umy.ac.id

Abstract

Elderly is someone who is over 60 years old and as they get older health problems will arise. One of the disorders that often occurs in the elderly is hypertension. Efforts to prevent or reduce blood pressure in the elderly with hypertension can use non-pharmacological therapy, namely music therapy. Types of music that can be used include classical music, instrumental, slow music, orchestra, and other modern music. Researchers innovate music therapy using campursari music. To determine the effectiveness of campursari music therapy on reducing blood pressure in elderly patients with hypertension. The method used in this study is a case report which contains descriptions of reports on cases of elderly patients with hypertension. The intervention used in this case report uses campursari music therapy which is performed once a day for 10 days with a duration of 15 minutes in elderly patients with hypertension. The administration of campursari music therapy was carried out 1 hour before taking anti-hypertensive drugs. Based on the results of the implementation of campursari music therapy, it was found that there was a decrease in blood pressure from 182/90 mmHg before the intervention was given to 128/81 mmHg. Campursari music therapy which is performed regularly can reduce blood pressure in elderly people with hypertension. In addition, by applying this campursari music therapy the elderly can have a relaxing effect. Campursari music therapy can be applied as an alternative independent nursing intervention for the elderly with hypertension.

Keywords: *Elderly; Campursari Music Therapy; Hypertension.*

Abstrak

Usia lanjut merupakan seseorang yang memasuki usia lebih dari 60 tahun dan seiring bertambahnya usia akan timbul permasalahan kesehatan. Salah satu gangguan yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi. Upaya untuk mencegah atau menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi dapat menggunakan terapi non farmakologi yaitu terapi musik. Jenis musik yang dapat digunakan seperti musik klasik, instrumental, slow musik, orchestra, dan musik modern lainnya. Peneliti melakukan inovasi terapi musik menggunakan musik campursari. Untuk mengetahui efektivitas terapi musik campursari terhadap penurunan tekanan darah pada pasien lansia dengan hipertensi. Metode yang

digunakan dalam penelitian ini yaitu case report yang berisi uraian laporan terhadap kasus pasien lansia dengan hipertensi. Intervensi yang digunakan dalam case report ini menggunakan terapi musik campursari yang dilakukan satu kali dalam satu hari selama 10 hari dengan durasi waktu 15 menit pada pasien lansia dengan hipertensi. Pemberian terapi musik campursari ini dilakukan 1 jam sebelum mengkonsumsi obat anti-hipertensi. Berdasarkan hasil implementasi terapi musik campursari didapatkan bahwa terdapat penurunan tekanan darah dari 182/90 mmHg sebelum diberikan intervensi menjadi 128/81 mmHg. Terapi musik campursari yang dilakukan secara teratur dapat menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Selain itu, dengan menerapkan terapi musik campursari ini lansia dapat memberikan efek rileks. Terapi musik campursari dapat diaplikasikan sebagai salah satu alternatif intervensi keperawatan mandiri terhadap lansia dengan hipertensi.

Kata kunci: Lansia; Terapi Musik Campursari; Hipertensi.

Diserahkan: 10-05-2023; Diterima: 05-06-2023; Diterbitkan: 20-06-2023

PENDAHULUAN

Permasalahan kesehatan timbul seiring bertambahnya usia seseorang. Beberapa kelompok individu memerlukan perawatan kesehatan yang sering disebut sebagai kelompok rentan, salah satunya merupakan kelompok lansia. Usia lanjut merupakan seseorang yang memasuki usia lebih dari 60 tahun (Suryaningsih & Armiyati, 2021). Kelompok lansia yang mengalami proses bertambahnya usia dapat mudah terkena penyakit menular maupun tidak menular. Fungsi fisik, psikis, biologis, spiritual, dan hubungan sosial pada kelompok lansia akan mudah mengalami penurunan atau perubahan. Perubahan ini akan mempengaruhi berbagai aspek pada kehidupan lansia seperti kondisi kesehatan (Fitrianti & Putri, 2018).

Proses penuaan pada lansia beriringan dengan penurunan fungsi organ seperti rentannya gangguan pada sistem kardiovaskuler.

Rasulullah S.A.W bersabda:

أَلَا إِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضَغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ؛ أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

Artinya : “Ingatlah bahwa didalam jasad terdapat segumpal daging. Jika ia baik, maka baik juga seluruh jasad. Jika ia rusak, maka rusak pula seluruh jasad. Ketahuilah bahwa ia adalah hati/jantung” (HR. Bukhari no.52 dan Muslim No. 1599).

Jantung merupakan organ kardiovaskuler yang memompa darah ke seluruh tubuh. Gangguan sistem kardiovaskuler dapat terjadi pada jantung, pembuluh darah dan darah. Salah satu gangguan yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi (Pratiwi et al., 2017). Hipertensi terjadi bila seseorang memiliki tekanan darah sistolik mencapai 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik 90 mmHg atau lebih. Seiring bertambahnya usia hipertensi akan meningkat. Seseorang dengan usia lebih dari 60 tahun memiliki kebanyakan memiliki tekanan darah tinggi (Nurrahmani, 2018).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan secara global pada tahun 2020 penduduk dengan usia 65 tahun atau lebih terdapat 727 juta jiwa dan saat ini jumlah lansia di Indonesia saat ini sekitar 29,3 juta jiwa atau hampir 10% dari total penduduk. Jumlah penduduk lansia pada tahun 2020 di Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 600.952 jiwa. Hipertensi ditetapkan sebagai faktor resiko nomor 3 penyebab kematian di dunia, namun banyak orang yang tidak menyadari bahwa mengalami hipertensi. Secara global, perkiraan prevalensi hipertensi pada tahun 2021 sebesar 1,28 juta diantaranya umur 30-70 tahun dari total penduduk dunia di negara berkembang dan menengah. Hasil Kemenkes RI (2018) menunjukkan masalah kesehatan lansia khususnya dengan hipertensi terdapat 45,3% orang usia 45-54 tahun mengalami hipertensi, 63,2% orang usia 65-74 tahun dan 69,5% orang usia 75 tahun ke atas menderita hipertensi. Sedangkan Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) pada tahun 2018 dengan kasus hipertensi sebesar 11,01% atau sebanyak 15.388 kasus.

Salah satu penyebab timbulnya hipertensi pada lansia merupakan pendidikan. Pendidikan dapat mempengaruhi gaya hidup seseorang, seperti kebiasaan minum alkohol, kebiasaan merokok, dan kebiasaan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga. Seseorang dengan pendidikan rendah cenderung beresiko memiliki hipertensi dan tekanan darah akan menurun sesuai dengan peningkatan pendidikan (Riamah, 2019). Seseorang dengan tekanan darah tinggi dan memiliki Pendidikan yang rendah kemungkinan disebabkan karena kurangnya pengetahuan terhadap kesehatan atau sulit dalam menerima informasi yang diberikan oleh petugas sehingga akan berdampak pada perilaku/pola hidup. Selain itu, kurangnya aktivitas fisik juga dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami hipertensi karena meningkatkan risiko kelebihan berat badan. Kebanyakan lansia juga mengonsumsi daging ayam dan susu yang mengandung lemak serta gorengan yang mengandung minyak (Imelda et al., 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan dengan dilakukannya pengkajian terhadap Ny. M didapatkan hasil tekanan darah sebesar 182/90 mmHg. Ny. M mengalami hipertensi kurang lebih sejak 5 tahun yang lalu. Sebelumnya Ny. M sudah melakukan beberapa upaya seperti membatasi makanan asin, manis, santan, dan berlemak, rutin minum obat anti-hipertensi, serta rutin untuk cek tekanan darah di posyandu lansia. Namun, dengan upaya tersebut tekanan darah Ny. M masih saja tinggi sehingga dibutuhkan terapi non farmakologi sebagai terapi pendamping untuk membantu menurunkan tekanan darah seperti terapi musik.

Ada dua terapi yang dapat dilakukan untuk mengatasi hipertensi yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi (Cahyanti & Hirmawati, 2021). Terapi farmakologi merupakan terapi menggunakan obat-obatan antihipertensi seperti diuretik, adrenergik alfa, *beta-blocker* (BB), vasodilator, kalsium antagonis atau *calcium channel blocker* (CCB), enzim penukar angiotensin atau angiotensin *converting enzyme* (ACE), serta reseptor penghambat angiotensin atau angiotensin *receptor blockers* (ARBs) (Awalin et al., 2021).

Penggunaan obat anti hipertensi seperti golongan diuretik yang menyebabkan efek samping kekurangan natrium dalam darah (hipokalemia), peningkatan asam urat dalam

darah (hipoerurisemia), dan antagonis kalsium yang memberikan efek samping seperti sembelit, sakit kepala, pusing, dan muntah. Penggunaan terapi farmakologi secara sering dikhawatirkan akan menimbulkan dampak ketergantungan terhadap obat-obatan dan akan memperberat kerja ginjal. Sedangkan terapi non farmakologi merupakan terapi untuk memodifikasi gaya hidup yang meliputi mengurangi kelebihan berat badan, menghindari konsumsi alkohol, berhenti merokok, memodifikasi diet serta mencakup psikis misalnya olahraga, istirahat, dan mengurangi stress. Metode nonfarmakologi lain yang dapat menurunkan tekanan darah yaitu dengan menggunakan terapi terapi musik (Astuti, 2017).

Terapi musik merupakan terapi non farmakologi yang dapat digunakan pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah dengan stimulus irama yang didengar. Musik dapat menurunkan hormone stress yang dapat memicu meningkatnya tekanan darah. Musik dapat mempengaruhi sistem saraf parasimpatis yang dapat memberikan efek rileks pada tubuh, meregangkan tubuh, serta dapat memperlambat denyut jantung (Awalin et al., 2021). Penggunaan terapi musik untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi sudah banyak digunakan dalam beberapa penelitian. Jenis terapi musik disesuaikan dengan kebutuhan pasien seperti musik klasik, instrumental, *slow* musik, orchestra, dan musik modern lainnya (Akbar et al., 2022). Pada penelitian ini, peneliti melakukan inovasi terapi musik menggunakan musik campursari.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Efektivitas Terapi Musik Campursari Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Lansia dengan Hipertensi”.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan laporan kasus (*case report*). Subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu seorang lansia dengan hipertensi. Subjek penelitian sebelumnya dimint mengisi lembar persetujuan menjadi subjek studi kasus menggunakan *informed consent*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan alat *sphygmomanometer*. Peneliti melakukan pengecekan tekanan darah sebelum dan setelah pemberian intervensi untuk mengevaluasi hasil pemberian terapi musik campursari. Intervensi diberikan selama 10 hari (14 Desember – 23 Desember 2023) dan dilakukan satu kali sehari selama 15 menit sebelum mengkonsumsi obat antihipertensi untuk melihat efektivitas terapi musik campursari sebelum mengkonsumsi obat anti-hipertensi. Terapi musik campursari ini menggunakan lagu yang dinyanyikan oleh Rina Aditama yang berjudul Prau Layar, Ojo Dipleroki, dan Ali-Ali Putih yang diputar secara bergantian selama 15 menit.

HASIL PENELITIAN

Pengecekan tekanan darah dilakukan kepada Ny. M sebelum diberikan intervensi. Hasil pengukuran tekanan darah pada hari ke-1 menunjukkan bahwa Ny. M memiliki tekanan darah yang tinggi yaitu sebesar 134/69 mmHg. Intervensi yang diberikan yaitu terapi musik campursari. Implementasi dilakukan selama 10 hari, dimana dilakukan satu kali dalam satu hari dengan durasi waktu 15 menit. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Pemberian terapi dilakukan 1 jam sebelum klien

mengonsumsi obat antihipertensi. Terapi musik campursari ini menggunakan lagu yang dinyanyikan oleh Rina Aditama yang berjudul Prau Layar, Ojo Dipleroki, dan Ali-Ali Putih. Lagu ini diputar secara bergantian selama 15 menit.

Tabel 3. Hasil Implementasi Terapi Musik Campursari Selama 10 Hari

Hari/Tanggal	Durasi	Sebelum		Setelah	
		Sistol	Diastol	Sistol	Diastol
Rabu, 14 Desember 2022	15 menit	134	69	117	63
Kamis, 15 Desember 2022	15 menit	147	70	125	72
Jum'at, 16 Desember 2022	15 menit	146	68	138	72
Sabtu, 17 Desember 2022	15 menit	142	74	139	71
Minggu, 18 Desember 2022	15 menit	144	68	132	68
Senin, 19 Desember 2022	15 menit	153	67	142	68
Selasa, 20 Desember 2022	15 menit	144	73	141	78
Rabu, 21 Desember 2022	15 menit	134	74	132	80
Kamis, 22 Desember 2022	15 menit	131	76	130	80
Jum'at, 23 Desember 2022	15 menit	129	78	128	81

Berdasarkan hasil implementasi didapatkan bahwa terapi musik campursari yang dilakukan selama 10 hari dilakukan satu kali sehari selama 15 menit sebelum mengonsumsi obat antihipertensi dengan pendampingan perawat yaitu pada tanggal 14 - 21 Desember 2022. Pada hari pertama yaitu pada tanggal 14 Desember 2022, sebelum diberikan intervensi dilakukan pengecekan tekanan darah dan didapatkan tekanan darah Ny. M sebesar 134/69 mmHg. Aktivitas yang telah dilakukan Ny. M sebelum diberikan terapi musik campursari adalah menyapu halaman rumah dan menyiram tanaman. Selain itu, Ny. M juga senang sekali melakukan aktivitas fisik berupa olahraga jalan kaki di pagi hari untuk menggerakkan kaki dan tangannya serta menghirup udara segar. Setelah dilakukan pengecekan tekanan darah tersebut, Ny. M diberikan terapi musik campursari dengan durasi 15 menit. Pada saat dilakukan pemberian terapi musik campursari, Ny. M mengatakan bahwa musik campursari ini merupakan musik kesukaannya. Selama pemberian terapi musik campursari, Ny. M bercerita mengenai pengalamannya

dan kegiatan yang sudah dilakukan sehari ini. Setelah selesai diberikan intervensi dilakukan pengecekan tekanan darah kembali dan didapatkan 117/63 mmHg.

Pada hari kedua yaitu tanggal 15 Desember 2022 dilakukan pemberian intervensi terapi musik campursari yang kedua. Sebelum diberikan intervensi didapatkan tekanan darah sebesar 147/70 mmHg. Ny. M mengatakan badan nya terasa pegal-pegal dan sedikit pusing. Aktivitas yang telah dilakukan klien seperti menyapu, dan panen sayuran dikebun samping rumah nya. Setelah dilakukan pengecekan tekanan darah kembali didapatkan tekanan darah klien yaitu 125/72 mmHg.

Pada hari ketiga yaitu pada tanggal 16 Desember 2022 didapatkan tekanan darah sebelum dilakukan intervensi yaitu 146/68 mmHg. Ny. M mengatakan pusing yang dirasakan pada hari sebelumnya sudah berkurang. Aktivitas yang telah dilakukan Ny. M berupa menyapu dan berbelanja sayuran keliling di depan rumah. Setelah selesai pemberian intervensi didapatkan tekanan darah sebesar 138/72 mmHg.

Pada hari keempat yaitu pada tanggal 17 Desember 2022 sebelum diberikan intervensi dilakukan pengecekan tekanan darah didapatkan sebesar 142/74 mmHg. Aktivitas yang telah dilakukan sebelum pemberian intervensi yaitu menyapu, berbelanja sayuran di depan rumah, dan olahraga pagi jalan kaki di sekitar rumah. Ny. M mengatakan kondisi badan nya sudah lebih baik dan tidak pusing. Hasil tekanan darah setelah pemberian intervensi didapatkan 139/71 mmHg.

Pada hari kelima yaitu tanggal 18 Desember 2022 dilakukan pengecekan tekanan darah sebelum diberikan intervensi didapatkan sebesar 144/68 mmHg. Ny. M mengatakan tidak ada keluhan apapun yang dirasakan hari ini. Aktivitas yang telah dilakukan hari ini yaitu menyapu dan menyiram tanaman di ladang samping rumah. Hasil pengukuran tekanan darah setelah pemberian intervensi didapatkan 132/68 mmHg.

Pada hari keenam pemberian intervensi yaitu tanggal 19 Desember 2022. Hasil pemeriksaan tekanan darah sebelum diberikan intervensi didapatkan 153/67 mmHg. Tekanan darah klien pada hari keenam mengalami peningkatan. Ny. M mengatakan sebenarnya ada hal pribadi tentang keluarganya yang sedang difikirkan klien sejak beberapa hari yang lalu. Ny. M juga mengatakan kemarin makan mie instan sedikit. Aktivitas yang dilakukan Ny. M seperti biasa yaitu menyapu, membeli sayuran keliling di depan rumah, dan menyiram tanaman di ladang samping rumah. Hasil pengukuran tekanan darah setelah mendengarkan musik campursari didapatkan 142/68 mmHg.

Pada hari ke tujuh yaitu pada tanggal 20 Desember 2022 sebelum diberikan musik campursari dilakukan pengecekan tekanan darah dan didapatkan tekanan darah sebesar 144/73 mmHg. Ny. M mengatakan merasa sedikit berat dibagian leher belakang dan sedikit pusing. Aktivitas yang telah dilakukan yaitu menyapu halaman dan membereskan rumah. Hasil tekanan darah setelah intervensi yaitu 141/78 mmHg.

Pada hari ke delapan yaitu tanggal 21 Desember 2022 sebelum mendengarkan musik campursari dilakukan pengecekan tekanan darah dan didapatkan tekanan darah sebesar 134/74 mmHg. Aktivitas yang telah dilakukan hanya menyapu dan olahraga pagi jalan kaki di sekitar rumah. Ny. M mengatakan leher belakang masih sedikit berat tetapi

masih bisa melakukan aktivitas. Hasil tekanan darah setelah mendengarkan musik campursari sebesar 132/80 mmHg.

Pada hari ke sembilan yaitu pada tanggal 22 Desember 2022 sebelum diberikan intervensi dilakukan pengecekan tekanan darah didapatkan sebesar 131/76 mmHg. Ny. M mengatakan saat ini leher bagian belakang sudah tidak terasa berat dan badannya hari ini terasa lebih ringan. Aktivitas yang dilakukan Ny. M yaitu menyapu halaman, menyiram tanaman, dan olahraga pagi jalan kaki di sekitar rumah. Hasil tekanan darah setelah diberikan intervensi sebesar 130/80 mmHg.

Pada hari ke sepuluh yaitu tanggal 23 Desember 2022 sebelum diberikan intervensi dilakukan pengecekan tekanan darah didapatkan sebesar 129/78 mmHg. Aktivitas yang telah dilakukan Ny. M sebelum diberikan intervensi berupa menyapu halaman dan membeli sayuran keliling di depan rumah. Ny. M mengatakan saat ini badannya terasa ringan, tidak terasa pusing, dan semangat untuk menjalani aktivitas hari ini. Selama 10 hari pemberian intervensi, Ny. M mengatakan senang karena musik campursari ini merupakan musik kesukaannya. Serta Ny. M mengatakan setelah diberikan intervensi selalu merasa badannya menjadi ringan.

PEMBAHASAN

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas batas normal yang dapat menyebabkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan juga angka kesakitan (mortalitas) (*World Health Organization*, 2021). Hipertensi dapat timbul melalui stressor seseorang misalnya jika seseorang sedang memikirkan suatu hal yang akan mengganggu pikirannya. Stressor tersebut merangsang pelepasan hormon adrenalin sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat melalui kontraksi arteri atau vasodilatasi dan peningkatan denyut jantung. Permasalahan yang muncul tersebut menyebabkan aktivitas yang dilakukan juga berbeda setelah memasuki usia lansia (Mambang Sari et al., 2019).

Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah pada lansia. Kurangnya aktivitas fisik akan menimbulkan kekakuan pada pembuluh darah dan aliran darah menjadi tersumbat sehingga pemompaan pada jantung menjadi berkurang dan menimbulkan penurunan curah jantung (Rizky et al., 2017). Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi tekanan darah adalah pola makan.

Pola makan yang tidak sehat seperti konsumsi garam natrium berlebih juga dapat mempengaruhi tekanan darah tinggi. Konsumsi garam berlebih dapat menahan air dan meningkatkan volume darah sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa akibatnya tekanan darah menjadi naik. Hal tersebut menunjukkan bahwa lansia membutuhkan dukungan keluarga dalam pengaturan polanya (Kholifah, 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih R & Ningsih S (2019) menyebutkan bahwa dukungan keluarga terhadap lansia dengan hipertensi akan memberikan ketenangan batin dan perasaan senang dalam diri lansia tersebut. Selain itu, dukungan keluarga juga akan berdampak pada kepatuhan lansia dalam menjalani

pengobatan. Pengobatan atau terapi yang dapat diberikan pada lansia dengan hipertensi yaitu terapi non farmakologis dan farmakologis.

Terapi musik merupakan terapi non farmakologis untuk mencegah atau menurunkan tekanan darah pada lansia. Intervensi yang diberikan yaitu terapi musik menggunakan musik campursari. Implementasi dilakukan selama 10 hari, dimana dilakukan satu kali dalam satu hari dengan durasi waktu 15 menit. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Pemberian terapi musik campursari ini dilakukan 1 jam sebelum klien mengkonsumsi obat anti-hipertensi yaitu amlodipine. Hal tersebut dilakukan karena untuk melihat efektivitas terapi musik campursari sebelum mengkonsumsi obat anti-hipertensi. Penggunaan amlodipine merupakan terapi untuk mengatasi hipertensi secara farmakologis/menggunakan obat. Pada penelitian yang dilakukan oleh Elliya et al., (2021) menjelaskan bahwa efek antihipertensi amlodipine adalah dengan bekerja secara langsung sebagai vasodilator arteri perifer yang dapat menimbulkan penurunan resistensi vaskular serta penurunan tekanan darah. Dosis satu kali sehari akan menghasilkan penurunan tekanan darah yang berlangsung selama 24 jam. Onset kerja amlodipine adalah perlahan-lahan sehingga tidak menyebabkan terjadinya hipotensi akut. Sesudah pemberian dengan dosis terapeutik secara oral, amlodipine akan diabsorpsi dengan kadar puncak dalam darah sesudah 6-12 jam pemberian.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Marina et al., (2022) menjelaskan bahwa selain penggunaan obat amlodipine untuk mengatasi hipertensi, terapi musik juga dapat digunakan sebagai terapi komplementer untuk membantu mengendalikan tekanan darah. Penggunaan obat amlodipine dengan terapi musik akan membantu keseimbangan emosi dan menurunkan kecemasan ataupun rasa tekanan yang menjadi salah satu penyebab meningkatnya tekanan darah seseorang atau hipertensi.

Musik merupakan penghayatan dari isi hati manusia yang diungkapkan dalam bentuk bunyi yang teratur dengan melodi atau ritme serta memiliki unsur atau keselarasan yang indah (Setiawan, 2015). Musik juga mempengaruhi sistem saraf parasimpatis yang meregangkan tubuh dan memperlambat denyut jantung, serta memberikan efek rileks pada tubuh. Banyak musik yang digunakan sebagai terapi seperti musik campursari (Utama, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Diliyana & Bachrun (2022) menjelaskan bahwa musik campursari merupakan musik langgam jawa berdasarkan irama musik langgam dengan tempo irama yang lambat, sehingga lansia dapat menangkap irama musik campursari tersebut. Musik campursari dapat memberikan efek rasa nyaman dan memperbaiki perasaan serta kondisi dari lansia.

Mekanisme kerja terapi musik yaitu dengan memberikan efek rileks dan nyaman pada tubuh karena musik masuk melalui organ pendengaran lalu menstimulasi hipotalamus pada batang otak agar tidak bereaksi terlalu kuat terhadap stressor yang diterimanya. Musik akan merangsang *hipofisis* untuk melepaskan *endorphin*. *Endorphin* merupakan *neurohormone* yang dapat menimbulkan sensasi menyenangkan. Ketika *endorphin* dikeluarkan oleh otak dan mengaktifkan sistem *parasimpatik* maka akan

menurunkan tekanan darah, nadi, respirasi, serta memberikan efek relaksasi pada tubuh. Hal tersebut akan memberikan pesan ke *hipotalamus* sehingga dapat mengurangi sekresi *neuropeptida* agar merangsang sistem saraf simpatis sehingga menghasilkan kenyamanan. Pengurangan sekresi *neuropeptida* dapat mengakibatkan penurunan pelepasan pada *ketekolamin* sehingga terjadi penurunan tekanan darah, frekuensi denyut jantung, dan hambatan pembuluh darah. Relaksasi juga akan memberikan pengaruh terhadap aspek fisiologis dan psikologis (Smeltzer & Bare, 2002).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Awalini et al., (2021) dijelaskan bahwa terapi musik yang memiliki tempo dan ritme yang lambat dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik secara signifikan. Maka terapi musik secara efisien dapat menurunkan tekanan darah pada lansia. Berdasarkan penelitian terkait terapi musik campursari, pemberian terapi musik ini lansia yang memiliki gangguan psikologis seperti memiliki rasa kekecewaan, kurangnya dukungan dari keluarga, coping individu yang kurang baik dapat mempengaruhi hasil pemberian terapi musik campursari. Dari hal-hal tersebut, maka akan mempengaruhi perasaan dari lansia yang cenderung akan merasa sedih yang mendalam dan pembentukan hormon serotonin pada lansia akan mengalami penurunan. Dimana hormon serotonin merupakan neurotransmitter yang dapat menimbulkan rasa bahagia, sehingga dapat mempengaruhi perasaan (Diliyana & Bachrun, 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan intervensi terapi musik campursari yang dilakukan lansia dengan hipertensi maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terapi musik campursari efektif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

Hasil implementasi terapi musik campursari yang diberikan selama 10 hari efektif untuk menurunkan tekanan darah pada lansia. Tekanan darah sebelum diberikan terapi musik campursari pada hari-1 sebesar 134/69 mmHg. Setelah diberikan terapi musik campursari selama 10 hari tekanan darah klien menjadi 128/81 mmHg pada hari ke-10.

BIBLIOGRAFI

a

- Akbar, A. A., Merdekawati, D., Sari, L. A., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Ibu, H. (2022). *Literature Review: Pengaruh Terapi Musik terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi*. 17(02), 75–81.
- Astuti, N. F. (2017). Penurunan Tekanan Darah Diastolik pada Lanjut Usia Melalui Intervensi Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Musik (RESIK). *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2017.12.1.703>
- Awalin, F., Zahrah Maulidia Septimar, & Aidah. (2021). Pengaruh Terapi Musik terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Nusantara Hasana Journal*, 1(11), 22–32. <http://nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/279>
- Cahyanti, L., & Hirmawati, E. R. (2021). Terapi Musik Instrumental Dalam Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi. 8(2), 202–214.
- Diliyana, Y. F., & Bachrun, E. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Campursari Langgam Jawa terhadap Tingkat Depresi pada Lansia di Pelayanan Sosial Permi Ponorogo. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 143–150. <https://doi.org/10.47575/jpkm.v2i2.250>
- Elliya, R., Baharuddin, S., & Hermawan, D. (2021). Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15(1), 158–165. <https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1.1605>
- Fitrianti, S., & Miko Eka Putri. (2018). Pemberian Relaksasi Otot Progresif pada Lansia dengan Hipertensi Essensial di Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari*, 18(2), 368–374.
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*. Balitbang Kemenkes RI.
- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Kementerian Kesehatan Indonesia.
- Mambang Sari, C. W., Sumarni, N., & Rahayu, Y. S. (2019). Hubungan Stres Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v4i2.3193>
- Marina, Julia, H., Siagian, Y., & Wati, L. (2022). *Pengaruh Terapi Musik Klasik Mozart terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Kelurahan Sungai Enam Kijang*. 1(3), 148–157.
- Nurrahmani, U. (2018). *Stop! Hipertensi* (Cetakan 1). Familia.
- Organization, W. H. (2021). “*Hypertension*.” <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Pratiwi, E., Mumpuni, Y., & Suryantoro, F. S. (2017). *Tetap Sehat Saat Lansia: Pencegahan dan Penanganan 45 Penyakit yang Sering Hinggap di Usia Lanjut / Erlita Pratiwi, Yekti Mumpuni; Editor FI. Sigit Suryantoro* (Ed. 1). Yogyakarta: Rapha Publishing, 2017.

- Riamah. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PTSW Khusnul Khotimah. *Menara Ilmu*, 13(5), 106–113.
- Rizky, E., Wahyuningsih, & Zulpahiyana. (2017). Hubungan Antara Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Dewasa Awal Didusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta. *Jurnal Universitas Alma Ata Yogyakarta*.
- Setiyaningsih R, & Ningsih S. (2019). Pengaruh Motivasi, Dukungan Keluarga dan Peran Kader terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi. *Indonesian Journal On Medical Science*, 6(1), 79–85.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2002). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. *Jakarta: Egc*, 1223, 21.
- Statistik, B. P. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2021*. <https://www.bps.go.id/publication/2021/12/21/c3fd9f27372f6ddcf7462006/statistik-penduduk-lanjut-usia-2021.html>
- Suryaningsih, M., & Armiyati, Y. (2021). *Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Usia Lanjut Menggunakan Terapi Musik*.
- Utama, B. Y. (2020). *Pengaruh Pemberian Terapi Musik Campursari Langgam Jawa Terhadap Tingkat Depresi Pada Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Wherda Magetan*. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.

First publication right:

Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia

This article is licensed under:

