

Nanggroe: Jurnal Pengabdian Cendikia
Volume 2 Nomor 3, June 2023, P. 464-470
e-ISSN: 2986-7002
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.15280931>

Edukasi Terapi Musik Klasik Pada Lansia Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Gumawang Kabupaten Oku Timur

Selamat Parmin^{1*}, Serli Wulan Safitri², Shindi Wulandari³

¹²³Universitas Kader Bangsa, Fakultas Kebidanan dan Keperawatan, Profesi Ners

*Email korespondensi: Selamatparmin.kmb@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan kondisi yang ditandai dengan kenaikan tekanan darah yang melebihi batas normal yaitu tekanan darahnya melebihi 140/90 mmHg. Musik klasik yang sering menjadi acuan adalah musik klasik *Mozart* karena hampir semua karya *Mozart* memiliki nada-nada dengan frekuensi tinggi. Terapi musik ini dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari dengan durasi 30 menit menggunakan handphone yang dipasang earphone yang telah tersambung musik klasik dengan volume sedang kepada responden. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengalaman berharga mengenai Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Gumawang Kabupaten OKU. Desain penelitian yang di gunakan *quasi-eksperimen* dengan rancangan penelitian (*two group pretest-posttest design*). Sampel pengabdian kepada Masyarakat ini adalah seluruh penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang. Analisa data dilakukan menggunakan *uji Wilcoxon*. Berdasarkan hasil uji hipotesis diperoleh penurunan tekanan darah sebelum dilakukan terapi musik klasik yaitu 3.57, sesudah 2.62 didukung dengan *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ dapat diartikan bahwa edukasi terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang. Kesimpulan dari hasil Edukasi mengenai terapi musik klasik terwujudnya pengalaman terhadap hipertensi pada penurunan tekanan darah. Saran kegiatan ini dapat digunakan sebagai intervensi berkelanjutan yang bisa digunakan secara mandiri pasien hipertensi melalui terapi musik klasik.

Kata kunci: Musik Klasik, Lansia, Hipertensi

Abstrack

Hypertension is a condition characterized by an increase in blood pressure that exceeds the normal limit, namely blood pressure exceeding 140/90 mmHg. Classical music that is often used as a reference is Mozart's classical music because almost all of Mozart's works have high-frequency tones. This music therapy is carried out once a day for 3 days with a duration of 30 minutes using a cellphone with earphones that have been connected to classical music with a moderate volume to the respondents. This study aims to provide valuable experience regarding Classical Music Therapy on Reducing Blood Pressure in Elderly Hypertensives in the UPTD Gumawang Health Center Area, OKU Regency. The research design used was a quasi-experimental with a research design (two group pretest-posttest design). The sample for this community service was all hypertension sufferers at the UPTD Gumawang Health Center. Data analysis was carried out using the Wilcoxon test. Based on the results of the hypothesis test, a decrease in blood pressure before classical music therapy was 3.57, after 2.62 supported by a p-value of $0.000 < 0.05$ can be interpreted that classical music therapy education on reducing blood pressure in hypertension patients at the UPTD Gumawang Health Center. The conclusion from the results of education on classical music therapy is the realization of experience with hypertension in reducing blood pressure. Suggestions for this activity can be used as a sustainable intervention that can be used independently by hypertension patients through classical music therapy.

Keywords: Classical Music, Elderly, Hypertension

PENDAHULUAN

Proses penuaan adalah kerugian jaringan yang lambat untuk meningkatkan dan mempertahankan fungsi normal, mencegah jumlah orang tua dari kelangsungan hidup dalam

infeksi, menyebabkan masalah dengan penyakit non-potret seperti hipertensi (Atmika et al., 2023). Perkembangan hipertensi disebabkan oleh obesitas dan dapat terjadi karena resistensi ginjal, kelainan struktural dan fungsional (Asari dan Helda, 2021).

Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas, permasalahan kesehatan lansia semakin meningkat salah satunya masalah penyakit hipertensi yang menjadi urutan pertama lansia (Syukkur et al., 2022). Hipertensi merupakan tekanan darah yang terus-menerus tinggi, dengan tekanan darah sistolik mencapai angka lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik mencapai angka lebih dari 90 mmHg (Widyaningsih dan Rakhmawati, 2023).

Lansia dengan hipertensi yang memiliki tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg akan merasakan tanda dan gejala jantung berdebar-debar, penglihatan kabur, mudah Lelah dan sakit kepala (Satria & Hartutik, 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 penderita Hipertensi pada lansia berjumlah 1,13 miliar, tahun 2021 berjumlah 1,56 miliar, tahun 2022 1,28 berjumlah orang diseluruh dunia menderita hipertensi, sekitar 1 dari 3 orang didunia menderita hipertensi. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa dari tahun 2020 dan tahun 2021 ada peningkatan penderita hipertensi dan di tahun 2022 terjadi penurunan (Rosadi et al., 2023).

Berdasarkan data Asia Tenggara pada hipertensi tahun 2018 berjumlah 36%, tahun 2019 berjumlah 25%, tahun 2020 berjumlah 39,9%. Dari data tahun 2018 ke 2019 menurun dan tahun 2020 hipertensi di Asia Tenggara meningkat (Laurensia et al., 2022).

Berdasarkan data Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) menyebutkan bahwa kasus hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2016 sebanyak 2,8 triliun, pada tahun 2017 prevalensi hipertensi di Indonesia sekitar 31,7% dan 2018 mencapai 34,1% (Pramitasari & Cahyati, 2022).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Sumatera Selatan mengatakan bahwa kasus hipertensi pada tahun 2020 berjumlah 645.104 kasus, tahun 2021 berjumlah 987.295 kasus, tahun 2022 berjumlah 1.497.736 kasus, dimana dari tahun ketahun hipertensi terjadi peningkatan (Aryani, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten OKU Timur tahun 2020 kejadian hipertensi berjumlah 1.880 kasus (49,86%), tahun 2021 berjumlah 1.990 kasus (51,47%) dan tahun 2022 berjumlah 1.996 kasus (51,57%), (Sarwoko, 2023).

Berdasarkan data Puskesmas Gumawang Tahun 2024 mengatakan kejadian hipertensi merupakan penyakit paling tinggi yaitu no 1 dari penyakit lainnya, dapat dilihat bahwa pada tahun 2022 berjumlah 10.048 kasus, tahun 2023 berjumlah 9.746 kasus, tahun 2024 bulan januari sampai dengan maret berjumlah 425 atau 62,7%, laki-laki 28% dan perempuan 34,7% (Profil Puskesmas Gumawang, 2024).

Hipertensi pada lansia disebabkan karena penurunan elastisitas dinding aorta, penebalan katub jantung yang membuat kaku katub, menurunnya kemampuan memompa jantung, kehilangan elastisitas pembuluh darah perifer, dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer penyebab lansia menderita hipertensi karena kemunduran fungsi kerja tubuh (Tanjung et al., 2023).

Penatalaksanaan hipertensi bisa dilakukan dengan dua cara yaitu terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi menggunakan obat-obatan untuk menurunkan tekanan darah seperti amlodipine dan captopril. Selain terapi farmakologi juga perlu terapi non farmakologi yaitu merubah gaya hidup, olahraga, mengurangi asupan natrium, tidak mengkonsumsi alkohol, berhenti merokok dan penurunan stres. Selain itu, terapi non farmakologi juga terdiri dari terapi komplementer seperti terapi musik klasik (Satria & Hartutik, 2023).

Hipertensi yang tidak segera ditangani dengan cepat dan belum mengkonsumsi obat anti hipertensi akan mengakibatkan penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke, dan penurunan penglihatan (Asnita et al., 2023).

Intervensi non farmakologi dapat dilakukan dengan cara terapi musik klasik. Terapi ini dapat mengubah secara efektif otak kita yang dalam keadaan stres menjadi fisiologis lebih adaptif. Semua jenis musik bisa digunakan sebagai terapi musik, seperti lagu-lagu relaksasi, lagu populer maupun musik klasik. Musik klasik biasanya menjadi acuan untuk terapi musik (Pratama et al., 2023).

Terapi musik adalah penggunaan musik, yang digunakan sebagai pengobatan untuk meningkatkan keadaan mental, fisik dan emosional. Terapi musik dapat mengurangi tekanan darah

pada pasien hipertensi, yang dapat mengubah mereka yang merasa tenang, santai dan santai pada awalnya. Saat tubuh Anda rileks (Rendi et al., 2022).

Musik disusun dengan rangsangan pendengaran, yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, kayu, bentuk dan kekuatan. Musik dapat diterapkan pada terapi, dan musik dapat meningkatkan, memulihkan, dan mempertahankan kesehatan fisik, mental, emosional, emosional, sosial dan mental masing-masing individu. Musik juga memiliki kelebihan. (Pratama et al., 2023).

METODE

Lokasi Kegiatan

Kegiatan ini dilaksanakan di UPTD Puskesmas Gumawang, Kabupaten OKU Timur, Sumatera Selatan.

Sasaran Kegiatan

Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah seluruh lansia yang aktif berobat dengan hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang. Pemilihan mereka sebagai objek kegiatan didasarkan pada permasalahan yang sering muncul pada lansia dengan hipertensi dalam mengelola tekanan darah yang bisa berdampak pada kegawatan lansia.

Waktu Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 20 Juni 2024 dan dimulai pukul 08.00 WIB hingga 11.00 WIB.

Metode Kegiatan

Metode kegiatan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan alat *sphygmomanometer* digital untuk memeriksa tekanan darah, lalu menggunakan *earphone* dan *handphone* untuk melakukan terapi musik yang dilaksanakan satu kali sehari selama 30 menit dan menggunakan lembar observasi untuk mencatat data yang diperoleh dari hasil mengukur tekanan darah pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang Kabupaten OKU Timur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan ini, memiliki luaran atau Output berupa pengalaman berharga dalam penurunan tekanan darah yang signifikan dibuktikan dengan adanya hasil analisis nilai ($p < 0.000$), menandakan bahwa ada pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi pada terapi music klasik sebagai sarana rileksasi dalam manajemen penurunan tekanan darah yang bisa digunakan terapi music klasik *mozart* jumlah 43 lansia. Kemudian, pengabdian ini juga memberikan harapan dalam memperoleh pengetahuan dan pemahaman terkait pengelolaan tekanan darah yang bisa dilaksanakan secara mandiri non farmakologi yang nantinya juga dapat melatih kreativitas dan produktifitas pada kehidupan sehari-hari lansia.

Kegiatan ini dilaksanakan dengan tiga sesi, pertama dimulai dengan sesi edukasi atau pemberian materi terkait Peningkatan tekanan darah. Kedua, dilanjutkan dengan sesi Terapi Musik klasik menggunakan *earphone* dan *handphone*. Terakhir, sesi pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer* digital.



Gambar 1. Lokasi pelaksanaan



Gambar 2. Kegiatan Terapi Musik



Gambar. 3 Pengukuran tekanan darah



Gambar 4. Kegiatan Edukasi

Dalam kegiatan pengabdian ini terdapat capaian hasil berupa antusias yang tinggi dari kegiatan edukasi terapi music klasik pada lansia dengan hipertensi yang menciptakan pengalaman berharga pada saat kegiatan berlangsung dan adanya pengaruh dalam jangka pendek saat kegiatan berlangsung serta pengaruh jangka panjang yang nantinya berupa perubahan tekanan darah yang dapat berpengaruh pada kretifitas dan produktifitas lansia hipertensi dalam melaksanakan kehidupan sehari-hari dan menjalani program Kesehatan lansia yang terdapat pada lingkungan puskesmas. Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di UPTD Puskesmas Gumawang ini untuk mengukur sejauh mana peserta dapat secara aktif berperan untuk menurunkan tekanan darah melalui terapi music klasik non farmakologi yang dapat dilakukan secara mandiri terbukti dengan adanya penurunan tekanan darah dan ahsil analisis yang didapatkan hasil nilai *p-value* 0,000.

SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini terdapat hasil bahwa rata-rata tekanan darah 150/ 90 mmhg pada hipertensi sesudah dilakukan terapi musik klasik dengan selisih penurunan nilai tekanan darah yaitu 2.62. kemudian didapatkan pengaruh yang signifikan antara dilakukan terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di UPTD Puskesmas Gumawang Kabupaten OKU Timur dengan nilai *p-value* 0,000 berupa perubahan tekanan darah yang dapat berpengaruh pada kretifitas dan produktifitas lansia hipertensi dalam melaksanakan kehidupan sehari-hari dan menjalani program Kesehatan lansia yang terdapat pada lingkungan puskesmas..

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, M., Weta, W., & Ratnawati, K. (2016). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang 1 Kabupaten Bandung Tahun 2016. *Jurnal Medika*, 5(7), 1–23.
- Aryani, N., Harokan, A., & Gustina, E. (2023). Analisis Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sukarami Kecamatan Sungai Rotan Kabupaten Muara Enim. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 6(2), 323–330. <https://doi.org/10.32524/jksp.v6i2.999>
- Asari, H. R. V., & Helda, H. (2021). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas PB Selayang II Kecamatan Medan Selayang, Medan. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.7454/epidkes.v5i1.4043>
- Asnita, D., Rahmad, M., & Purwaningsih, H. (2023). *asnita dewi rahmad muhammad purwaningsih hetty*. 1–10.
- Atmika, P., Saraswati, N., & Mahardika, M. (2023). Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Pejetan. *Journal Nursing Research*

- Publication Media*, 2(3), 184–195. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v2i3.50>
- Aulia, A., Inayati, A., & Immawati. (2023). Penerapan Terapi Musik Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *LCendikia Muda*, 3(1), 62–68.
- Benly, N., Mansyaf, R., Asma, W., Sartina, Husuni, W., Hastuti, A., Bahar, N., Anggraini, A., & Sutriawati. (2022). Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(12), 3495–3502. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i12.3449>
- Cahyanti, L., Ratna Yuliana, A., Putri, D. S., Fitriana, V., & Nur, H. A. (2024). Konseling Pencegahan Penyakit Hipertensi Di Desa Jepang Kecamatan Mejobo Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(1), 346–358. <http://jpk.jurnal.stikeskendekiautamakudus.ac.id>
- Desi, Gaghauna, E., & Susanto, B. (2024). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Panting Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 183–188.
- Ekasari, M., Suryati, E., Badriah, S., Narendra, S., & Amini, F. (2021). *Hipertensi : Kenali Penyebab Tanda Gejala Dan Penanganannya* (A. Jubaedi (ed.)).
- Fitri, T., Malau, B., Silitonga, S., & Hutagalung, S. A. (2023). Penyuluhan Terhadap Lansia: Mengenali Karakteristik Para Lansia. *Jurnal Pendidikan Penyuluhan Agama Kristen*, 1(1), 47–56.
- Gianevan, N. J., Indria, H., & Puspita, D. (2023). Tindakan Promotif Pengendalian Hipertensi pada Lansia sebagai Upaya Pencegahan Komplikasi. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(2), 271–278. <https://doi.org/10.30812/adma.v4i2.3295>
- Hanum, R., Sukmarini, L., & Zahra, A. N. (2023). Efektivitas Terapi Musik dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1767–1781. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.6092>
- Josephine, F. R., Orenda, C., & Silalahi, L. R. (2023). Terapi musik dan anak autisme: Sebuah tinjauan literatu. *Ekspresi: Indonesian Art Journal*, 12(1), 26–33.
- Laurensia, L., Destra, E., Saint, H. O., Syihab, M. A. Q., & Ernawati, E. (2022). Program Intervensi Pencegahan Peningkatan Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Jaya. *E-Amal: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 1227–1232. <https://doi.org/10.47492/eamal.v2i2.1472>
- Mahardika, K., Nazelia, D., Koirina, T., Wardhani, A., & Safitri, L. (2023). Pertumbuhan Dan Perkembangan Lansia Ditinjau Dari Kognitifnya. *Jurnal Pendidikan Multidipliner*, 6(November), 62–66.
- Pramitasari, A., & Cahyati, W. H. (2022). Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Banyudono 1 Kabupaten Boyolali. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 6(4), 1–22. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- Pratama, F., Ludiana, & Dewi, T. (2023). Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Yosomulyo. 3(September), 314–322.
- Rendi, Shafwan, A., Mustafa, Amiruddin, M. R., Saasa, Nirwana, & Azim La ode Liaumin. (2022). Pengaruh terapi relaksasi musik klasik terhadap tekanan darah pasien hipertensi di ruang perawatan interna BLUD Rumah Sakit Konawe. *Jurnal Penelitian Sains Dan ...*, 1(3), 69–77. <file:///C:/Users/HP/Downloads/19.pdf>
- Rosadi, E., Gusty, R. P., & Mahathir, M. (2023). Karakteristik Tekanan Darah dan Kenyamanan pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(3), 731–738. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/viewFile/12775/pdf>
- Sarwoko, S. (2023). Pengaruh Senam Lansia terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Puskesmas. *Lentera Perawat*, 1(2), 114–120.
- Sarwono, aris eddy, & Handayani, A. (2021). *Metode Penelitian*.
- Satria, B. A., & Hartutik, S. (2023). Penerapan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di dukuh sedah kabupaten sragen. *Jurnal Ilmiah Penelitian Mandira Cendikia*, 1(3), 37–44.
- Syukkur, A., Vinsur, E. Y. Y., & Nurwiyono, A. (2022). Pemberdayaan Kader Lansia Dalam Upaya Penatalaksanaan Hipertensi. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 624. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i2.7041>
- Tanjung, A. I., Mardiono, S., & Saputra, A. U. (2023). Pendidikan Kesehatan Senam Bugar Dalam

- Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di RSUD Kayuagung Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Cendikia*, 2(4), 43–46. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8123389>
- Umeda, M., Naryai, Misparsi, Muhdiana, D., Jumaiyah, W., & Nurhayati. (2020). *modul hierensi*. fakultas ilmu keperawatan- universitas muhammadiyah jakarta.
- Veronika, E., Alia Keumala Muda, C., Irfandi, A., Melviana Simatupang, M., & Azteria, V. (2024). Edukasi Faktor Risiko Hipertensi Dan Pencegahannya Pada Masyarakat Di Tegal Alur, Jakarta Barat. *EJOIN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 536–546.
- Widyaningsih, R., & Rakhmawati, A. (2023). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Primer Di RW 03 Desa Kalijambe Bekasi. *Malahayati Health Student Journal*, 3(8), 2301–2311.
- Contoh:
- Araujo, R.S., Costa, F.S., Maia, D.A.S., Sant'Ana, H.B., dan Cavalcante Jr, C.L. (2007). Synthesis and Characterization of Al-MCM-41 and Ti-MCM-41 Materials: Application to Oxidation of Anthracene. *Brazilian Journal of Chemical Engineering*, 24(1), 135-141.