

PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN DENGAN HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS KEDUNGmundu

Husada Marga Tyas Seta¹, Sonhaji²

husadaseta54321@gmail.com¹, soni_aji84@yahoo.com²

Universitas Karya Husada Semarang

ABSTRAK

Latar belakang: Penyakit tak menular merupakan prioritas utama pada masalah kesehatan saat ini. Salah satu penyakit yang ada yaitu Hipertensi, penyakit ini dikenal dengan julukan Silent killer dikarenakan seringkali penyakit ini sering tak menimbulkan gejala. Berdasarkan data World Health Organization (WHO 2021) bahwa hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Penderita yang mengalami hipertensi diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa yang berusia 30-79 tahun di seluruh Hipertensi tidak bergejala namun berisiko tinggi menyebabkan komplikasi kardiovaskular. Penatalaksanaan diperlukan untuk mengurangi dampak dari hipertensi yaitu dengan terapi farmakologi dan terapi nonfarmakologi. Salah satu pengobatan non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah pemberian musik klasik. Terapi musik klasik digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah. Tujuan: Mengetahui Pengaruh Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di UPTD Puskesmas Kedungmundu. Metode: Metode penulisan karya ilmiah ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Hasil: Dalam hasil studi kasus Tekanan Darah Pada Tn. S dan Tn. T dimulai dari hari pertama hingga hari ketiga dengan latihan lima belas menit, diberikannya intervensi terapi musik klasik ditemukan bahwa adanya penurunan tekanan darah yang signifikan. Kesimpulan: Evaluasi akhir menunjukkan adanya efektivitas yang signifikan dari intervensi yang telah dilaksanakan. Penurunan tekanan darah secara konsisten teramati pada kedua keluarga dengan Hipertensi setelah pemberian terapi musik klasik, dibandingkan dengan data pengukuran pre-intervensi, sehingga ditegaskan bahwa terdapat dampak positif terapi musik klasik terhadap pasien Hipertensi.

Kata Kunci: Terapi Musik, Hipertensi, Intervensi Non Farmakologi, Tekanan Darah.

ABSTRACT

Background: Non-communicable diseases are a top priority in today's health issues. One such disease is hypertension, known as the silent killer because it often has no symptoms. According to data from the World Health Organization (WHO 2021), hypertension is the leading cause of premature death worldwide. An estimated 1.28 billion adults aged 30-79 worldwide suffer from hypertension. Hypertension is asymptomatic but carries a high risk of cardiovascular complications. Management is needed to mitigate the impact of hypertension, including pharmacological and non-pharmacological therapies. One non-pharmacological treatment that can be done is classical music. Classical music therapy is used to help lower blood pressure. Objective: To determine the effect of classical music therapy on lowering blood pressure in patients with hypertension at the Kedungmundu Community Health Center (UPTD). Method: The method of writing this scientific paper uses a descriptive method with a case study approach. Results: In the results of the case study of Blood Pressure in Mr. S and Mr. T starting from the first day to the third day with fifteen minutes of exercise, classical music therapy intervention was found to have a significant decrease in blood pressure. Conclusion: The final evaluation showed a significant effectiveness of the intervention that had been implemented. A consistent decrease in blood pressure was observed in both families with Hypertension after the administration of classical music therapy, compared with pre-intervention measurement data, thus confirming that there was a positive impact of classical music therapy on Hypertension patients.

Keywords: Music Therapy, Hypertension, Non-Pharmacological Intervention, Blood Pressure.

PENDAHULUAN

Menurut Kemenkes Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah arteri yang persisten, di mana tekanan darah sistolik berada pada angka ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik pada ≥ 90 mmHg (WHO, 2021; Kemenkes RI, 2018). Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi prioritas utama dalam penanganan masalah kesehatan global saat ini. Hipertensi dikenal sebagai silent killer karena sering tidak menimbulkan gejala, sehingga banyak individu tidak menyadari kondisinya hingga terjadi komplikasi serius. Secara etimologis, "hipertensi" menggambarkan tekanan yang berlebihan dalam sistem peredaran darah (Musakkar & Djafar, 2021). Berdasarkan etiologinya, hipertensi diklasifikasikan menjadi primer (esensial) yang tidak teridentifikasi penyebabnya, dan sekunder yang muncul akibat penyakit lain.

Hipertensi merupakan kondisi kronis yang dapat mengganggu berbagai fungsi tubuh. Hipertensi mampu mengganggu fungsi utama dan dianggap berbahaya karena adanya peningkatan tekanan darah secara terus menerus, jika terus terjadi kondisi ini dapat menimbulkan komplikasi serius seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal (Avrilia et al., 2025). Hipertensi juga dapat menjadi faktor penyebab penyakit dengan kardiovaskuler yang dapat menyebabkan kematian, kondisi ini timbul akibat komplikasi yang timbul dari Hipertensi (Magfira Maulia et al., 2021).

Catatan World Health Organization (WHO 2021) menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Penderita yang mengalami hipertensi diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa yang berusia 30-79 tahun di seluruh dunia. Selain itu diperkirakan terdapat 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak mengetahui bahwa mereka memiliki hipertensi. Dikatakan pula bahwa hanya satu dari lima orang dewasa (21%), yang berhasil mengontrol pola hidup mereka terkait hipertensi.

Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis yang diberikan kepada klien adalah dengan obat-obatan hipertensi yaitu obat-obatan yang meliputi diuretik, inhibitor adrenergik, inhibitor angiotensin-converting enzyme (ACE-inhibitor), inhibitor angiotensin II, antagonis kalsium dan vasodilator. Namun lebih dari itu, mengonsumsi obat-obatan kimia (kelompok obat yang berfungsi sebagai antiinflamasi, analgesik dan antipiretik) dalam jangka panjang dapat menimbulkan gangguan lain pada fungsi tubuh dimana mereka yang mengonsumsi lebih dari tiga kali per minggu berisiko enam kali menderita gagal ginjal kronis. Selain penatalaksanaan farmakologis, penatalaksanaan non-farmakologi juga dapat dipertimbangkan untuk mengurangi dampak obat hipertensi. Salah satu pengobatan non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah pemberian musik klasik.

Musik merupakan suatu stimulus yang unik yang dapat mempengaruhi respon fisik dan psikologis seseorang dalam pendengarannya serta merupakan suatu intervensi yang efektif untuk meningkatkan relaksasi fisiologis yaitu dengan penurunan nadi, respirasi, tekanan darah dan nyeri (Triyanto, 2020). Terapi musik merupakan penggunaan musik yang digunakan sebagai terapi untuk memperbaiki keadaan mental, fisik dan emosi. Terapi musik dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi mampu merubah seseorang yang awalnya merasa tenang menjadi lebih santai dan rileks. Pada saat tubuh rileks otak akan memberikan rangsangan dengan mengeluarkan hormone endorphine dan hormone serotonin dimana tugas dari hormon ini membuat tubuh menjadi rileks (Rendi et al., 2022). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di UPTD Puskesmas Kedungmundu.

METODOLOGI

Design

Desain karya ilmiah ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus jamak pada 2 Keluarga yang berfokus pada Pasien hipertensi.

Pertanyaan penelitian

Bagaimana Pengaruh Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien dengan Hipertensi di UPTD Puskesmas Kedungmundu?

Sampel dan setting

Studi kasus mengambil 2 Keluarga di lingkungan kerja UPTD Puskesmas Kedungmundu dimana kedua Keluarga dengan riwayat hipertensi. Penelitian dilakukan selama 3 hari berturut-turut yaitu pada 1 sampai 6 desember 2025 dengan total kunjungan 3 kali pada masing-masing responden. Kedua subjek dipilih menggunakan teknik purposive, yaitu pemilihan berdasarkan karakteristik tertentu yang relevan dengan studi dimana memiliki riwayat hipertensi, bersedia menerima intervensi terapi musik klasik, dan dalam kondisi stabil selama periode studi

Variable

Variabel independen dalam penelitian ini adalah terapi musik klasik, yaitu suatu intervensi non farmakologis yang diberikan dengan menggunakan rangsangan musik berirama lembut dan stabil untuk menurunkan aktivasi simpatis serta meningkatkan relaksasi fisiologis pada pasien hipertensi.

Instrument

Alat Pengumpulan data menggunakan lembar observasi tekanan darah, formulir SOP terapi musik klasik, formulir yang berisi langkah-langkah terapi musik Klasik, tensimeter, sound atau speaker, dan musik klasik.

Pengumpulan data

Metode pengumpulan data pada studi kasus yaitu dengan Wawancara, Observasi, Pemeriksaan fisik dan Dokumentasi.

Analisa data

Analisa data dalam studi kasus ini meliputi pengkajian, analisis data, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi yang dijelaskan secara deskriptif. Penyajian data disajikan secara narasi atau deskriptif sederhana. Dari data yang telah diperoleh penulis disajikan dan dibahas dalam bentuk narasi.

Pertimbangan etis

Studi kasus ini menjaga prinsip etika studi kasus yaitu: Lembar persetujuan (Informed consent), Tanpa nama (Anonymity), Kerahasiaan (Confidentiality), Manfaat (Beneficence), Keadilan (Justice).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh melalui studi kasus terhadap Tn. S (54 Tahun) dan Tn. T (61 Tahun) dengan hipertensi di lingkungan kerja UPTD Puskesmas Kedungmundu.

1. Hasil Pengkajian

Pada saat pengkajian awal pada Tn. S didapatkan data Tn. S yang mengatakan suka makan makanan asin, sering merokok dan minum kopi, hasil pemeriksaan TD didapatkan data 165/85 mmHg. Didapatkan data tambahan yang menyatakan bahwa Tn. S mengatakan belum paham tentang penyakit hipertensi serta cara mengatasinya. Anamnesa pada Tn. T juga didapati hasil bahwa Tn. T memiliki Riwayat Hipertensi namun jarang untuk memeriksa ke pelayanan kesehatan. Tn. T juga mengatakan memiliki kebiasaan minum kopi dan merokok.

Tn. T mengatakan sudah mengetahui penyakit yang dideritanya namun acuh

terhadap pengobatan rutin yang sudah disarankan dari pelayanan kesehatan. Hasil pemeriksaan TD didapatkan 175/85 mmHg. Pada saat pengkajian Tn. T juga mengatakan jika belum paham tentang penyakit hipertensi serta cara mengatasinya.

2. Penetapan Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan hasil pengkajian dan analisis data, ditetapkan dua diagnosa keperawatan utama pada Tn. S dan Tn. T yaitu Perilaku Kesehatan Cenderung Beresiko berhubungan dengan Pemilihan gaya hidup tidak sehat. Diagnosa kedua yaitu Defisit pengetahuan berhubungan dengan Kurang terpapar informasi.

3. Implementasi Intervensi Keperawatan

Selama 3 hari kunjungan, dilakukan implementasi sesuai intervensi diagnosa pertama pada tanggal 1 Desember 2025 yaitu mengidentifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi, menyediakan materi dan media pendidikan kesehatan, menjadwalkan pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, memberikan kesempatan untuk bertanya, menjelaskan penanganan masalah kesehatan, menganjurkan menggunakan fasilitas kesehatan, mengajarkan program kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, dan melakukan terapi musik klasik selama 10-15 menit. Tanggal 2 Desember 2025 dilakukan kembali implementasi yaitu mengukur TTV, dan melakukan terapi Musik Selama 10-15 menit. Kemudian pada tanggal 3 Desember 2025 penulis melakukan implementasi yang sama yaitu melakukan terapi musik selama 10-15 menit, dan mengukur TTV.

4. Evaluasi Hasil Keperawatan

Pada hari ketiga evaluasi, ditemukan bahwa pada kasus kelolaan pertama Tn.S didapatkan pada tanggal 01/12/2025 sebelum diberikan terapi musik klasik tekanan darah 165/85 mmHg dan setelah diberikan terapi musik klasik tekanan darah 140/70 mmHg terdapat penurunan pada sistolik 15 mmHg, pada tanggal 02/12/2025 sebelum diberikan terapi musik klasik tekanan darah 150/70 mmHg dan setelah diberikan terapi musik klasik tekanan darah menjadi 135/70 mmHg terdapat penurunan tekanan darah sistolik 15 mmHg, pada tanggal 03/12/2025 sebelum diberikan terapi musik klasik tekanan darah 140/70 mmHg dan setelah diberikan terapi musik klasik tekanan darah 130/70 mmHg terdapat penurunan pada sistolik 10 mmHg. Sedangkan pada kasus kelolaan kedua Tn.T pada tanggal 01/12/2025 sebelum diberikan terapi musik klasik tekanan darah 175/85 mmHg dan setelah diberikan terapi musik klasik tekanan darah 150/70 mmHg terdapat penurunan pada sistolik 15 mmHg, pada tanggal 02/12/2025 sebelum diberikan terapi musik klasik tekanan darah 160/70 mmHg dan setelah diberikan terapi musik klasik tekanan darah menjadi 140/70 mmHg terdapat penurunan tekanan darah sistolik 20 mmHg, pada tanggal 03/12/2025 sebelum diberikan terapi musik klasik tekanan darah 150/70 mmHg dan setelah diberikan terapi musik klasik tekanan darah 135/70 mmHg terdapat penurunan pada sistolik 15 mmHg.

Evaluasi asuhan keperawatan pada kedua kasus kelolaan (Tn. S dan Tn. T) menunjukkan hasil yang konsisten. Kedua pasien diberikan terapi non-farmakologi berupa terapi musik klasik selama tiga hari kunjungan, dan pada kedua kasus, terjadi penurunan tekanan darah. Pola penyelesaian masalah keperawatan juga serupa: pada hari pertama, masalah keperawatan pada kedua kasus belum teratasi; pada hari kedua, masalah teratasi sebagian; dan pada hari ketiga, masalah dinyatakan teratasi sepenuhnya. Hasil evaluasi ini secara kolektif mengindikasikan bahwa terapi musik klasik efektif dalam menghasilkan perubahan signifikan pada tekanan darah penderita Hipertensi.

Pembahasan

Asuhan keperawatan pada Tn. S dan Tn. T dilakukan secara komprehensif berdasarkan pendekatan SDKI, SLKI, dan SIKI. Berdasarkan pengkajian yang dilakukan pada tanggal 1 Desember 2025 ditemukan dua diagnosa keperawatan utama yaitu perilaku

kesehatan cenderung beresiko dan defisit pengetahuan. Diagnosa perilaku kesehatan cenderung beresiko ditegakkan berdasarkan data subjektif berupa keluhan mengatakan suka makan makanan asin, sering merokok dan minum kopi, dan data objektif berupa peningkatan frekuensi hasil pemeriksaan TD didapatkan data 165/85 mmHg. Hal ini sesuai dengan kriteria SDKI untuk diagnosis yang mencakup data subjektif penyebab hipertensi, pemilihan gaya hidup tidak sehat (mis. merokok, konsumsi alkohol berlebihan), gejala mayor yang meliputi penolakan terhadap perubahan status kesehatan, gagal melakukan tindakan pencegahan masalah kesehatan, menunjukkan upaya peningkatan status kesehatan yang minimal serta gejala minor gagal mencapai pengendalian yang optimal. Berdasarkan teori diagnosis keperawatan didefinisikan sebagai penilaian klinis yang sistematis terhadap respons seorang klien terhadap masalah kesehatan atau proses kehidupan yang sedang berlangsung, baik bersifat aktual maupun potensial. Tujuan utama dari diagnosis ini adalah untuk mengidentifikasi dan menjelaskan respons klien terhadap situasi yang berkaitan langsung dengan status kesehatannya (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2020). Pada kasus Tn. S dan Tn. T sejalan dengan adanya kebiasaan keluarga yang belum bisa mengontrol kebiasaan pola hidup dimana kedua keluarga masih memiliki perilaku yang cenderung beresiko pemicu hipertensi. Sedangkan diagnosa kedua yaitu defisit pengetahuan yang ditetapkan pada Tn. S dan Tn. T. Diagnosis ini sesuai dengan SDKI yang menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran, menunjukkan persepsi yang keliru terhadap masalah..

Implementasi asuhan keperawatan yang diberikan kepada Tn. S dan Tn. T selama lima hari, terhitung sejak tanggal 1 Desember 2025 sampai 3 Desember 2025, telah dilaksanakan secara sistematis dan konsisten sesuai dengan rencana tindakan yang telah disusun sebelumnya. Pelaksanaan asuhan ini mencakup intervensi keperawatan yang ditujukan untuk mengetahui efektivitas terapi musik klasik untuk mengurangi tekanan darah. Berbagai teori ilmiah, didukung oleh bukti empiris, mengemukakan bahwa terapi musik klasik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap regulasi tekanan darah. Sebagai contoh, penelitian Bustami (2020) menunjukkan bahwa intervensi musik klasik mampu menghasilkan penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik, serta detak jantung, dalam berbagai kondisi penyakit. Studi tersebut juga mencatat efek menguntungkan terapi ini terhadap pengurangan kecemasan, penurunan laju pernapasan, peningkatan kualitas tidur, dan mitigasi nyeri pada pasien Hipertensi. Temuan ini dikuatkan oleh penelitian lain, seperti yang dilakukan oleh Prasetyo & Burhanto (2021), yang juga melaporkan adanya pengaruh positif intervensi terapi musik klasik terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dengan demikian, implementasi keperawatan pada Tn. S dan Tn. T yang disesuaikan dengan SDKI, SIKI, dan SLKI telah memberikan hasil yang optimal, baik dalam mengurangi tekanan darah maupun dalam mendukung tingkat pengetahuan keluarga. Seluruh pelaksanaan tindakan klinis juga mengacu pada penelitian Herawati (2023) dan Febriana & Yenni (2021).

Evaluasi asuhan keperawatan pada kedua kasus kelolaan (Tn. S dan Tn. T) menunjukkan hasil yang konsisten. Kedua pasien diberikan terapi non-farmakologi berupa terapi musik klasik selama tiga hari kunjungan, dan pada kedua kasus, terjadi penurunan tekanan darah. Pola penyelesaian masalah keperawatan juga serupa: pada hari pertama, masalah keperawatan pada kedua kasus belum teratasi; pada hari kedua, masalah teratasi sebagian; dan pada hari ketiga, masalah dinyatakan teratasi sepenuhnya. Hasil evaluasi ini secara kolektif mengindikasikan bahwa terapi musik klasik efektif dalam menghasilkan perubahan signifikan pada tekanan darah penderita Hipertensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengkajian, intervensi, implementasi, dan evaluasi yang telah dilakukan selama lima hari pada Tn. S dan Tn. T, dapat disimpulkan bahwa pemberian asuhan keperawatan secara komprehensif dan berkelanjutan memberikan dampak positif terhadap penurunan tekanan darah. Peneliti menyimpulkan bahwa tekanan darah mengalami penurunan yang signifikan pasca pelaksanaan terapi musik, dan intervensi tersebut secara efektif menghasilkan kondisi perasaan yang lebih rileks serta tenang pada kedua keluarga. Hal itu terbukti dengan adanya penurunan tekanan darah secara konsisten teramati pada kedua pasien dengan hipertensi setelah pemberian terapi musik klasik, dibandingkan dengan data pengukuran pre-intervensi, sehingga ditegaskan bahwa terdapat dampak positif terapi musik klasik terhadap pasien hipertensi.

Conflict Of Interest Statement

Tidak ada

Funding Source

Tidak ada

Author Acknowledgement

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kedua keluarga yang telah bersedia menjadi subjek penelitian dan kepada rekan sejawat di UPTD Puskesmas Kedungmundu.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, N. F., Rekawati, E., & Wati, D. N. K. (2019). Decreased blood pressure among community dwelling older adults following progressive muscle relaxation and music therapy (RESIK). *BMC Nursing*, 18(Suppl 1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s12912-019-0357-8>
- Bustami. (2018). Relaxed music can reduce blood pressure in hypertension patients. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 7(4), 171–173.
- Aulia, A. N., Inayati, & Immawati, A. (2023). PENERAPAN TERAPI MUSIK UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI APPLICATION. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2807–3469), 62–68.
- Dwi, R., Sobirin, H., & Arifiyanto, D. (2024). Pengaruh Terapi Musik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kedungwuni I Kabupaten Pekalongan. 2(2), 54–61.
- Ekaputri, M., Susanto, G., Paryono, P., K., & Aisyah, A. (2024). *Proses Keperawatan: Konsep, Implementasi, dan Evaluasi*. Penerbit Tahta Media.
- Febrina, W., & Yenni, Y. (2018). Pengetahuan Perawat Terhadap Pelaksanaan Timbang Terima Pasien Sesuai Sop. *Real in Nursing Journal*, 1(2), 60–66. <https://doi.org/10.32883/rnj.v1i2.265>
- Finasari, T. Y., Setyawan, D., & Meikawati, W. (2018). Perbedaan Terapi Musik Klasik Dan Musik Yang Disukai Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD DR. H. Soewondo Kendal. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, 1–11.
- Fitriani, D., Pratiwi, R. D., Cahyaningtyas, P., & Poddar, S. (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*, 16(4), 142–144.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Jakarta:Kementerian Kesehatan RI
- Kusumaningrum, P. R. (2023). Peningkatan Kesehatan Lansia Melalui Pendampingan Kegiatan Lansia Sehat. *Jurnal Abdi Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1 SE-Articles), 50–56. <https://doi.org/10.55018/jakk.v2i1.16>
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Mojokerto: STIKES Majapahit
- Mojokerto. Prasetyo, M. D., & Burhanto, B. (2021). Pengaruh Intervensi Terapi Musik Klasik Terhadap Kestabilan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara. 3(1), 517–525.
- Prawesti, D., & Noviyanto, E. (2015). Potensi Terapi Musik Klasik Menurunkan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Stikes*, 8(1), 76–85.

- Purnomo, E., Nur, A., Rahim, R., Sartika, Z., & Pulungan, A. (2020). The Effectiveness of Instrumental Music Therapy and Self-Hypnosis on Decreasing Blood Pressure Level among Hypertension Patients Article information. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(2), 214–223. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i2.317>
- Suryani, L. (2019). Effectiveness Of Home Visit On Drug Compliance In Adult Hipertens In Gadung Puskesmas Buol District. *Journal of Applied Nursing and Health*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/https://doi.org/10.55018/janh.v1i1.75>
- Suryaningsih, M., & Armiyati, Y. (2021). Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Usia Lanjut Menggunakan Terapi Musik. *Ners Muda*, 2(2), 53. <https://doi.org/10.26714/nm.v2i2.6301>
- Wahyuni, W., Sinatrya, A., Utami, D., & Indarwati, I. (2020). Effectiveness of Classical Music and Qur'an Murottal Therapies on Patients With Hypertension in Middle Adulthood for Work Area of Sibela Surakarta Health Center. 27(*ICoSHEET* 2019), 347–349. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.200723.088>
- World Life Expectancy. (2018). World Health Ranking