

## PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RS PRIMA MEDIKA PEMALANG

Fitri Amarwati

[fitriamar014@gmail.com](mailto:fitriamar014@gmail.com)

Universitas Muhammadiyah Kudus

### ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak terjadi di masyarakat dan berisiko menimbulkan komplikasi serius apabila tidak ditangani dengan baik. Selain terapi farmakologis, terapi nonfarmakologis seperti terapi musik klasik dapat menjadi alternatif dalam membantu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RS Prima Medika Pemalang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental melalui pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik. Responden dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang menjalani perawatan atau pemeriksaan di RS Prima Medika Pemalang. Intervensi dilakukan dengan memperdengarkan musik klasik dalam durasi tertentu, kemudian dilakukan pengukuran ulang tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah diberikan terapi musik klasik. Dengan demikian, terapi musik klasik dapat menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk membantu mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci:** Terapi Musik Klasik, Tekanan Darah, Hipertensi.

### ABSTRACT

*Hypertension is one of the most common health problems in society and may lead to serious complications if not properly managed. In addition to pharmacological treatment, non-pharmacological therapy such as classical music therapy can be used as an alternative intervention to help reduce blood pressure. This study aims to determine the effect of classical music therapy on reducing blood pressure in hypertensive patients at Prima Medika Hospital, Pemalang. This research used a quantitative approach with a pre-experimental design by measuring blood pressure before and after the administration of classical music therapy. The respondents in this study were hypertensive patients receiving treatment or examination at Prima Medika Hospital, Pemalang. The intervention was carried out by exposing patients to classical music for a certain duration, followed by a re-measurement of blood pressure. The results showed that there was a decrease in blood pressure among hypertensive patients after receiving classical music therapy. Therefore, classical music therapy can be considered an effective non-pharmacological intervention to help control blood pressure in hypertensive patients.*

**Keywords:** *Classical Music Therapy, Blood Pressure, Hypertension.*

### PENDAHULUAN

Hipertensi yaitu sebuah kondisi yang mana tekanan sistol beserta diastolnya telah terjadi kenaikan dengan melewati batas normal sistolnya yaitu melebihi 140 mmHg serta untuk diastolnya melebihi 90 mmHg. Adanya hipertensi termasuk ke dalam permasalahan kesehatan dengan terbilang berbahaya yang ada di seluruh dunia. Tekanan tinggi ataupun dikenal juga dengan hipertensi sering disebut juga dengan "silent killer" sebab ditemui banyak orang yang tidaklah sadar bahwasanya mereka mengidapnya (Senam et al., 2025)

Serta hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular utama yang menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat karena bersifat kronis dan berisiko tinggi menimbulkan komplikasi kardiovaskular seperti stroke dan penyakit jantung jika tidak ditangani optimal. Selain itu, penanganan tekanan darah tinggi menimbulkan beban

finansial yang signifikan pada sistem layanan kesehatan, termasuk biaya pengobatan jangka panjang, pemeriksaan laboratorium, hingga perawatan komplikasi yang timbul akibat hipertensi. Ketidakpatuhan pasien terhadap terapi adalah salah satu faktor yang memperberat biaya tersebut karena bisa memperpanjang perawatan dan meningkatkan risiko komplikasi biaya tinggi. (Salma and Kes n.d, 2026.)

Menurut data WHO sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. WHO ( World Health Organization) juga menyebutkan bahwa 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut, dan kurang dari separuh orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosis dan diobati. Hanya sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikan tekanan darah yang dimiliki. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Hal inilah yang mendasari WHO menetapkan salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (Timbulus et al., 2025)

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2022, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,11%. Angka ini menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2019. Peningkatan tersebut terutama terlihat pada kelompok usia di atas 60 tahun, dengan persentase mencapai 25,8% berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah. Diperkirakan jumlah penderita hipertensi di Indonesia mencapai sekitar 63.309.620 jiwa, sementara jumlah kematian yang disebabkan oleh hipertensi tercatat sebanyak 427.218 kasus (Penelitian Analisis Pelaksanaan Program Penanggulangan Hipertensi di Puskesmas Pante Raya Kabupaten Bener Meriah et al., 2025)

Berdasarkan data yang tersedia, profil kesehatan Jawa Tengah tahun 2024 menunjukkan prevalensi hipertensi yang tinggi, dengan angka (37,57%) dan lebih tinggi pada perempuan (40,17%) dibandingkan laki-laki (34,83%). Data ini berdasarkan sumber yang diterbitkan pada tahun 2024 dan mengacu pada prevalensi yang terjadi di beberapa wilayah pada tahun-tahun sebelumnya (Nopriani, 2025), Berdasarkan data tahun 2018, prevalensi hipertensi di Kabupaten Pemalang mencapai 59,19% dari total penduduk yang diperiksa. Data tahun 2015 dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pemalang menyebutkan bahwa terdapat 813.657 penduduk usia 18 tahun ke atas yang menjalani pemeriksaan tekanan darah. Angka ini menunjukkan tingginya kejadian hipertensi di Kabupaten Pemalang, yang diperparah dengan penambahan usia (Febrianti & Asrum, 2025)

Berdasarkan data pasien hipertensi di RS Pirma Medika Pemalang diperoleh data pasien hipertensi yaitu pada tahun 2022 penderita hipertensi sebanyak 852 jiwa, dan pada tahun 2023 mulai dari januari sampai dengan Desember sebanyak 880 jiwa. Adanya peningkatan pasien dengan diagnosa hipertensi. Penyebab peningkatannya kasus hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti: keturunan, usia, jenis kelamin, stres fisik dan mental, kelebihan berat badan (obesitas), pola makan yang tidak sehat, tingginya konsumsi garam, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi alkohol, asupan kafein, adanya penyakit lain dan kebiasaan merokok. (Geplakan & Gamping, 2025). Dampak jika masalah diabaikan Hipertensi yang tidak dikontrol memiliki konsekuensi serius, termasuk meningkatnya risiko stroke, penyakit jantung, gagal ginjal kronis, serta komplikasi lain yang berujung pada kecacatan dan kematian dini. Kondisi ini juga memengaruhi produktivitas pasien dan keluarga serta menambah beban biaya kesehatan rumah tangga dan sistem kesehatan nasional (Salma and Kes n.d. 2026)

Intervensi pengendalian tekanan darah biasanya mencakup terapi farmakologis dan modifikasi gaya hidup. Edukasi kesehatan, promosi pola hidup sehat, dan pemeriksaan

tekanan darah rutin juga telah dilakukan. Namun, masih banyak pasien yang tidak patuh terhadap pemeriksaan dan pengobatan, sehingga efektivitas intervensi tradisional masih terbatas dalam menurunkan jumlah kasus kontrol tekanan darah optimal yang konsisten. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang mendapat perhatian adalah terapi musik umumnya mengacu pada musik klasik, mengingat karakteristiknya yang memiliki rentang nada lebar dan tempo dinamis. Musik Mozart, sebagai salah satu jenis musik klasik, berfungsi mengatur hormon- hormon yang berhubungan dengan stres, termasuk prolaktin dan hormon pertumbuhan, sekaligus meningkatkan endorfin sehingga membantu meredakan nyeri. Selain itu, alunan musik dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul nitric oxide (NO), yang berperan dalam mengatur tonus pembuluh darah sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Dalam penurunan tekanan darah, diduga konsentrasi katekolamin plasma memengaruhi aktivasi sistem simpato-adrenergik dan memicu pelepasan hormon-hormon stres. Musik berirama lambat diduga mengurangi sekresi katekolamin ke dalam sirkulasi darah, menurunkan kadar katekolamin plasma. Kondisi ini menyebabkan tubuh rileks, frekuensi denyut jantung berkurang, sehingga tekanan darah menurun(Nopriani, 2025).

Menurut studi penelitian (mahfud dwi prasetyo burhanto, 2021) dijelaskan bahwa responden penelitian ini berjumlah 17 orang dengan klasifikasi rentang umur mayoritas berada pada rentang 30-40 tahun sebanyak 9 orang (52.9%), jenis kelamin responden laki-laki sebanyak 10 orang (58.8%) dan perempuan sebanyak 7 orang (41.2%), dengan Pendidikan mayoritas adalah SMA dengan 13 orang (76.5%) dan pekerjaan mayoritas memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga 7 orang (41.2%)lalu didapatkan tekanan darah penderita hipertensi sebelumdilakukannya intervensi terapi musik klasik berada pada rata-rata 144/92 mmHg, dan setelah dilakukan intervensi berada pada tekanan 130/83 mmHg sehingga dari penelitian ini didapatkan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah pemberian intervensi musik klasik terhadap kestabilan tekanan darah. Hasil penelitian uji Paired T Testmenunjukkan nilai p value = 0,000 <  $\alpha$  = 0,05 yang berarti  $H_a$  di terima dan  $H_0$  ditolak, yang disimpulkan adanya pengaruh intervensi terapi musik klasik terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi

Kebaruan penelitian ini terletak pada fokusnya terhadap musik klasik sebagai intervensi spesifik untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi, dibandingkan dengan kebanyakan penelitian musik terapeutik umum yang memiliki desain heterogen. Penelitian ini dapat menyediakan bukti baru yang lebih terfokus dan sistematis tentang pengaruh musik klasik terhadap parameter fisiologis tekanan darah pasien hipertensi (Talutu, 2023). Jika terbukti efektif, terapi musik klasik dapat memperkaya basis ilmu keperawatan sebagai intervensi nonfarmakologis berbasis bukti dalam manajemen hipertensi. Penelitian ini memberikan kontribusi pada literatur keperawatan komunitas dan medikal-bedah khususnya dalam praktik intervensi holistik, serta mendorong perawat untuk menggabungkan pendekatan komplementer dalam perawatan pasien hipertensi.(Anak & Timur, 2024). Perawat memiliki peran penting sebagai pelaksana dan pendidik dalam pemberian terapi musik klasik. Ini mencakup pengkajian kebutuhan pasien, pemilihan dan pengaturan media musik yang sesuai, serta evaluasi efek terapi terhadap tekanan darah. Perawat juga berperan dalam edukasi pasien dan keluarga mengenai manfaat terapi nonfarmakologis untuk manajemen hipertensi yang lebih komprehensif.(Anak & Timur, 2024)

Berdasarkan survey awal tgl 18 agustus 2025 yang dilakukan kepada pasien ruang anggrek rawat inap di Rs Prima Medika Pernalang dengan wawancara kepada 20 pasien yang saya temui bahwa 15 pasien tidak mengetahui tentang terapi musik klasik sebagai

penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rs Prima Medika Pematang”.

## **METODOLOGI**

Desain ini digunakan untuk mengetahui efektivitas pemberian musik klasik terhadap penurunan tekanan darah, dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Gambaran Karakteristik Responden Di rs prima medika pematang**

#### **1. Usia**

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi responden usia penderita hipertensi di Rs Prima Medika Pematang didapatkan bahwa rata-rata usia responden pada kelompok intervensi 60,00 tahun, sedangkan kelompok intervensi memiliki rata-rata usia 61 tahun . Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang di lakukan Arisandi dan Hartiti (2022) bahwa responden terbanyak adalah lanjut usia, (Arisandi & Hartiti, 2022) Tekanan darah mengalami fluktuasi setiap saat, hipertensi akan menjadi masalah apabila tekanan darah tersebut persisten, karena hal ini membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah (otak dan jantung) menjadi tegang. Apabila hipertensi tidak terkontrol dengan baik, maka dapat menyebabkan terjadinya komplikasi dan penyakit kardiovaskuler, seperti : angina, serangan jantung, dan kerusakan ginjal.

#### **2. Pendidikan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pendidikan klien hipertensi pada kelompok intervensi yaitu berjumlah 8 (26.7 %) dan kelompok kontrol yaitu tidak bersekolah 12 responden (40%), menurut (Makhdalena & Sariyanto, 2024) Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin baik pula tingkat pengetahuan yang dimilikinya, dan sebaliknya semakin rendah tingkat pendidikan seseorang maka semakin rendah pula tingkat pengetahuannya. Hasil analisis juga diperoleh pendidikan lanjutan memiliki peluang untuk memperoleh pengetahuan ‘cukup’ mengenai obat yang benar sebesar dibandingkan responden dengan pendidikan dasar.

#### **3. Jensi Kelamin**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas jenis kelamin klien hipertensi pada kelompok intervensi yaitu seimbang antara laki-laki 15 responden dan perempuan 15 responden (masing-masing 50,0%) sementara itu kelompok kontrol didominasi oleh laki-laki 22 responden (73,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kelompok intervensi memiliki komposisi gender yang lebih seimbang dibandingkan kelompok kontrol. Menurut (Yandra, 2023) Pria sering mengalami tanda-tanda hipertensi pada usia akhir tiga puluhan, sedangkan wanita sering mengalami hipertensi setelah menopause. Tekanan darah wanita, khususnya sistolik, meningkat lebih tajam sesuai usia. Salah satu penyebab terjadinya pola tersebut adalah perbedaan hormone kedua jenis kelamin. Perproduksi hormone estrogen menurun saat menopause, wanita kehilangan efek menguntungkan nya sehingga tekanan darah meningkat. Prevalensi terjadinya hipertensi pada pria hampir sama dengan wanita, namun wanita terlindungi dari penyakit kardiovaskular sebelum menopause, wanita yang belum mengalami menopause dilindungi oleh hormone esterogen yang berperan dalam meningkatkan kadar High Density Lipoprotein (HDL)

#### 4. Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan klien hipertensi pada kelompok intervensi yaitu petani berjumlah 12 (40%) dan kelompok kontrol yaitu wiraswasta berjumlah 11 (36.7 %). Penelitian yang dilakukan oleh Elsi Setiandri L.O tahun 2022 dengan judul Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan dan Genetika (riwayat hipertensi dalam keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi menunjukkan bahwa hipertensi salah satunya disebabkan oleh faktor gaya hidup modern, orang zaman sekarang sibuk mengutamakan pekerjaan untuk mencapai kesuksesan. Kesibukan dan kerja keras serta tujuan yang berat mengakibatkan timbulnya rasa stress dan menimbulkan tekanan darah yang tinggi. Perasaan tertekan membuat tekanan darah menjadi naik. Peneliti berasumsi bahwa pekerjaan bisa menjadi salah satu faktor pemicu hipertensi dikarenakan stress akibat pekerjaan yang dilakukan dan kurangnya istirahat sehingga menyebabkan naiknya tekanan darah (Yandra, 2023)

#### 5. Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan

##### 1) Gambaran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Intervensi

###### a. Gambaran Tekanan Darah pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada kelompok kontrol, diperoleh rata-rata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan (pretest) sebesar 138,43 mmHg dan diastolik sebesar 89,50 mmHg. Nilai median tekanan darah sistolik adalah 137,00 mmHg dan diastolik 87,50 mmHg, dengan standar deviasi masing-masing sebesar 13,006 mmHg (sistolik) dan 6,230 mmHg (diastolik). Nilai minimum–maksimum tekanan darah sistolik berada pada rentang 120–160 mmHg dan diastolik 80–100 mmHg.

Setelah periode pengamatan (posttest), rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 135,73 mmHg dan diastolik menjadi 87,37 mmHg. Median tekanan darah sistolik dan diastolik masing-masing sebesar 134,00 mmHg dan 85,50 mmHg, dengan standar deviasi 12,512 mmHg (sistolik) dan 6,066 mmHg (diastolik). Rentang tekanan darah sistolik adalah 115–156 mmHg dan diastolik 77–98 mmHg. Berdasarkan selisih nilai rata-rata, terjadi penurunan tekanan darah sistolik sebesar 2,68 mmHg dan diastolik sebesar 2,13 mmHg. Secara deskriptif, kelompok kontrol mengalami penurunan tekanan darah yang relatif kecil antara sebelum dan sesudah pengukuran

###### b. Gambaran Tekanan Darah pada Kelompok Intervensi

Pada kelompok intervensi, rata-rata tekanan darah sebelum perlakuan (pretest) menunjukkan nilai sistolik sebesar 142,07 mmHg dan diastolik sebesar 90,40 mmHg. Median tekanan darah sistolik adalah 141,50 mmHg dan diastolik 89,50 mmHg, dengan standar deviasi masing-masing sebesar 11,477 mmHg (sistolik) dan 5,506 mmHg (diastolik). Rentang tekanan darah sistolik berada pada 121–160 mmHg dan diastolik pada 80–99 mmHg.

Setelah diberikan intervensi (posttest), rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 126,87 mmHg dan diastolik menjadi 79,40 mmHg. Median tekanan darah sistolik dan diastolik masing-masing sebesar 129,00 mmHg dan 79,00 mmHg, dengan standar deviasi 8,959 mmHg (sistolik) dan 5,506 mmHg (diastolik). Rentang tekanan darah sistolik berada pada 106–151 mmHg dan diastolik pada 68–93 mmHg. Selisih rata-rata tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan penurunan sebesar 15,2 mmHg untuk sistolik dan 11 mmHg untuk diastolik. Secara deskriptif, kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah yang cukup besar dibandingkan dengan kelompok kontrol.

c. Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah pada Masing-Masing Kelompok

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa kedua kelompok mengalami penurunan tekanan darah setelah periode penelitian. Namun demikian, besar penurunan pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Pada kelompok kontrol, penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 2,68 mmHg dan diastolik sebesar 2,13 mmHg. Sementara itu, pada kelompok intervensi, penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 15,2 mmHg dan diastolik sebesar 11 mmHg.

Penelitian (Wulandari et al., 2025) music klasik Salah satu pengobatan non farmakologis yang dapat dilakukan dengan 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. efeknya menunjukkan bahwa musik dapat mempengaruhi ketegangan atau kondisi rileks pada diri seseorang karena dapat merangsang pengeluaran endorphine dan serotine.

Dari Hasil penelitian yang di lakukan oleh (Anak & Timur, 2024) di dapatkan hasil bahwa Musik bekerja pada sistem saraf otonom, yang merupakan bagian dari sistem saraf yang bertanggung jawab untuk mengontrol tekanan darah, detak jantung, dan fungsi otak, yang terakhir mengendalikan perasaan dan emosi. Saat kita merasakan sakit, kita menjadi ketakutan, tertekan, dan marah, yang membuat otot kita tegang, dan akibatnya, rasa sakit itu semakin parah. Mendengarkan musik secara rutin dapat membantu tubuh untuk rileks secara fisik dan mental, sehingga membantu menyembuhkan dan mencegah rasa sakit. Saat melahirkan, terapi musik dapat mengatasi kecemasan dan menghilangkan rasa sakit. Bagi penderita sakit kronis akibat suatu penyakit, terapi musik telah terbukti dapat meredakan nyeri.

Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa penurunan tekanan darah dapat dilakukan dengan menggunakan terapi non farmakologis yaitu dengan mendengarkan musik klasik karena musik klasik mampu menurunkan tekanan darah dalam tubuh dan membuat penderita merasa lebih tenang ketika mendengarkan musik klasik. Musik klasik sendiri juga bisa menurunkan nyeri, stress dan menurunkan tekanan darah, dengan demikian musik klasik dapat digunakan sebagai penurunan tekanan darah

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Seperti faktor perancu antara lain pola makan, aktivitas fisik, tingkat stres, dan kepatuhan minum obat tidak sepenuhnya dapat dikontrol sehingga berpotensi memengaruhi perubahan tekanan darah, pengukuran tekanan darah dilakukan dalam waktu yang relatif singkat, sehingga fluktuasi fisiologis alami dapat memengaruhi hasil penelitian, penelitian ini belum mengevaluasi efek jangka panjang dari intervensi yang diberikan.

## **KESIMPULAN**

Setelah melakukan penelitian tentang “ Pengaruh Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Rs Prima Medika Pematang “ maka dapat disimpulkan bahwa:

Sebelum diberikan terapi musik klasik, pada kelompok intervensi diperoleh rata-rata tekanan darah sebesar 142,07 mmHg (sistolik) dan 90,40 mmHg (diastolik), sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata tekanan darah sebesar 138,43 mmHg (sistolik) dan 89,50 mmHg (diastolik). Setelah diberikan terapi musik klasik, pada kelompok intervensi rata-rata tekanan darah menurun menjadi 126,87 mmHg (sistolik) dan 79,40 mmHg (diastolik). Sementara itu, pada kelompok kontrol rata-rata tekanan darah setelah pengukuran ulang

menjadi 135,73 mmHg (sistolik) dan 87,37 mmHg (diastolik).

Analisis perbedaan sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa kelompok intervensi mengalami penurunan tekanan darah sebesar 15,2 mmHg (sistolik) dan 11 mmHg (diastolik), sedangkan pada kelompok kontrol penurunan hanya sebesar 2,68 mmHg (sistolik) dan 2,13 mmHg (diastolik). Dengan demikian, terapi musik klasik terbukti memberikan pengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di RS Prima Medika Pematang

### **Saran**

#### 1. Bagi Manajemen Rumah Sakit

RS Prima Medika Pematang disarankan untuk mempertimbangkan terapi musik klasik sebagai bagian dari terapi komplementer dalam manajemen pasien hipertensi. Rumah sakit dapat menyusun Standar Operasional Prosedur (SOP) sederhana terkait pelaksanaan terapi musik, termasuk durasi (5 menit), waktu pelaksanaan (misalnya sebelum istirahat atau setelah tindakan medis), serta monitoring tekanan darah sebelum dan sesudah terapi.

#### 2. Bagi Perawat

Perawat di Ruang Anggrek Lantai 1 dapat mengintegrasikan terapi musik klasik sebagai intervensi keperawatan mandiri untuk membantu relaksasi dan menurunkan tekanan darah pasien. Terapi ini dapat dicantumkan dalam rencana asuhan keperawatan pada diagnosa hipertensi. Perawat juga perlu mendokumentasikan respons pasien terhadap terapi sebagai bagian dari evaluasi tindakan keperawatan.

#### 3. Bagi Pasien dan Keluarga

Pasien hipertensi dianjurkan untuk menerapkan terapi musik klasik secara mandiri di rumah sebagai terapi pendamping obat antihipertensi. Pelaksanaan dapat dilakukan secara rutin 5 menit per hari dalam suasana tenang untuk membantu menjaga kestabilan tekanan darah. Keluarga dapat berperan dalam menciptakan lingkungan yang nyaman dan mendukung pelaksanaan terapi.

#### 4. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam pengembangan materi pembelajaran mengenai terapi komplementer nonfarmakologis pada pasien hipertensi, khususnya intervensi berbasis relaksasi.

#### 5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk jumlah sampel yang lebih besar, serta durasi intervensi yang lebih panjang guna menilai efektivitas jangka panjang terapi musik klasik terhadap tekanan darah.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- A. T., & Health, C. (2025). Jurnal PEDAMAS ( Pengabdian Kepada Masyarakat ) Volume 3 , Nomor 5 , September 2025 ISSN : 2986-7819 HYPERTENSION EXERCISE EDUCATION FOR REDUCING HIGH BLOOD PRESSURE. 3(September), 1732–1740.
- Aditya, N. R., & Syazili Mustofa. (2023). Hipertensi: Gambaran Umum. In Majority (Vol. 11, Issue 2). <https://doi.org/10.59042/mj.v11i2.165>
- Anak, D. Ilmu K., & Timur, F. K. U. A. D. S. S. Ikatu D. A. I. (IDAI) C. J. (2024). PEDIATRIC EMERGENCIES QUICK RESPONSES edisi kedua.
- Andika, G. A., Graharti, R., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2025). Panduan Terbaru Hipertensi : Sebuah Tinjauan Literatur Update on Hypertension Guidelines : A Literature Review. 15, 580–585.
- Arisandi, R., & Hartiti, T. (2022). Studi Kasus Penerapan Terapi Relaksasi musik klasik terhadap tekanan darah penderita hipertensi. Ners Muda, 3(3), 235. <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8383>
- Arisandi, R., & Hartiti, T. (2022). Studi Kasus Penerapan Terapi Relaksasi musik klasik terhadap

- tekanan darah penderita hipertensi. *Ners Muda*, 3(3), 235. <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.8383>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021). No Title 濟無No Title No Title No Title. 167–186.
- Febrianti, N., & Asrum, M. (2025). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Di Desa Labuan Lelea Kecamatan Labuan Kabupaten Donggala Health Education on Hypertension in Labuan Lelea Village , Labuan District , Donggala Regency. 8(8), 5634–5638. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i8.8388>
- Febrianti, N., & Asrum, M. (2025). Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Di Desa Labuan Lelea Kecamatan Labuan Kabupaten Donggala Health Education on Hypertension in Labuan Lelea Village , Labuan District , Donggala Regency. 8(8), 5634–5638. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i8.8388>
- Geplakan, P., & Gamping, B. (2025). Gambaran Antara Kejadian Hiperkolesterolemia dengan Tekanan Darah Tinggi. 18, 44–48.
- Geplakan, P., & Gamping, B. (2025). Gambaran Antara Kejadian Hiperkolesterolemia dengan Tekanan Darah Tinggi. 18, 44–48.
- Haq, A. S., Fazzari, M. D., & Rivaldo, R. (2025). Perkembangan Bahasa Indonesia Dalam Karya Seni Musik.
- Iswahyudi, Lismawati, Wulandari dkk (2023). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jambi: PT. Sonedia Publishing Indonesia
- Karimah Tauhid, 4(7), 4943–4951.
- Kliza et al. (2017). Bab Iv Metode Penelitian. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 27–36. Maulida Nuzula Firdaus. (2023). *jurnal perkembangan ilmu dan praktik kesehatan*. 2(4), 31–41.
- mahfud dwi prasetyo burhanto. (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.
- Makhdalena, M., & Sariyanto, I. (2024). Evaluasi tingkat pengetahuan obat hipertensi pada pasien di puskesmas kemiling dan kedaton kota bandar lampung. 5, 12343–12352.
- Nopriani, Y. (2025). Perbandingan Pengaruh Terapi Musik Mozart dan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang. 4(1), 4693– 4701.
- Nopriani, Y. (2025). Perbandingan Pengaruh Terapi Musik Mozart dan Terapi Tertawa Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Palembang. 4(1), 4693–4701.
- Penelitian Analisis Pelaksanaan Program Penanggulangan Hipertensi di Puskesmas Pante Raya Kabupaten Bener Meriah, A., Aceh Nada Sarah Syahputri, P., Safitri, V., Nahrisah, P., Baharuddin, D., Kesehatan Masyarakat, F., & Pascasarjana Kesehatan Masyarakat, P. (2025). Analisis Pelaksanaan Program Penanggulangan Hipertensi di Puskesmas Pante Raya Kabupaten Bener Meriah, Provinsi Aceh. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 11–18.
- Penelitian Analisis Pelaksanaan Program Penanggulangan Hipertensi di Puskesmas Pante Raya Kabupaten Bener Meriah, A., Aceh Nada Sarah Syahputri, P., Safitri, V., Nahrisah, P., Baharuddin, D., Kesehatan Masyarakat, F., & Pascasarjana Kesehatan Masyarakat, P. (2025). Analisis Pelaksanaan Program Penanggulangan Hipertensi di Puskesmas Pante Raya Kabupaten Bener Meriah, Provinsi Aceh. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 11–18.
- Salma, W. O., & Kes, M. 2026. (n.d.). *Cetakan Pertama : 2026* (M. K. La Ode Alifariki, S.Kep., Ns. (ed.)). PT MEDIA PUSTAKA INDO Jl. Merdeka RT4/RW2 Binangun, Kab. Cilacap, Jawa Tengah.
- Senam, E., Terhadap, H., Tekanan, P., Di, T., Kendalsari, P., Exercise, H., For, E., High, R., Pressure, B., Kendalsari,

- Senam, E., Terhadap, H., Tekanan, P., Di, T., Kendalsari, P., Exercise, H., For, E., High, R., Pressure, B., Kendalsari, A. T., & Health, C. (2025). Jurnal PEDAMAS ( Pengabdian Kepada Masyarakat ) Volume 3 , Nomor 5 , September 2025 ISSN : 2986-7819 HYPERTENSION EXERCISE EDUCATION FOR REDUCING HIGH BLOOD PRESSURE. 3(September), 1732–1740.
- Swarjana, I., Ketut (2022). Populasi-sample, Teknik sampling bias dalam penelitian. Yogyakarta: Penerbit Andi Hidayat, aziz alimul (2021). Cara Mudah Menghitung Besar Sample. Surabaya: Health Book Publishing
- Talutu, M. E. (2023). PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG ICU RSUD dr. GONDO SUWARNO UNGARAN.
- Talutu, M. E. (2023). PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI RUANG ICU RSUD dr. GONDO SUWARNO UNGARAN.
- Tiara, U. I. (2020). 352147115. Jurnal Health Science and Physiotherapy, 2(2), 167–171.
- Timbulus, M. C., Pongoh, L. L., & Mamujaja, P. P. (2025). Karakteristik Penderita Hipertensi Di RSUD Mitra Sehat Characteristics of Hypertension Patients at Mitra Sehat Regional Hospital. 8(10), 6104–6110. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i10.8616>
- Timbulus, M. C., Pongoh, L. L., & Mamujaja, P. P. (2025). Karakteristik Penderita Hipertensi Di RSUD Mitra Sehat Characteristics of Hypertension Patients at Mitra Sehat Regional Hospital. 8(10), 6104–6110. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i10.8616>
- Wagiu, J. greysi. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular: Hipertensi di Desa Tontalete, Kecamatan Kema, Minahasa Utara Disusun dalam Rangka Menyelesaikan. February, 4–6.
- Wulandari, S., Safitri, S. W., Rimbawati, Y., & Parmin, S. (2025). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Gumawang OKU Timur Pendahuluan jaringan secara perlahan untuk memperbaiki Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan mengatakan bahwa dengan cara terap. 8(2). <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i2.1474>
- Yandra, Z. F. (2023). Pengaruh musik klasik (mozart) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas pokenjior tahun 2023.