



## PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA SEI TUAN KECAMATAN PANTAI LABU

Lia Teti Siburian<sup>1\*</sup>, Muhammad Taufik Daniel Hasibuan<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

<sup>2</sup> Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh

\*Penulis Korespondensi: [liatettysiburian03@gmail.com](mailto:liatettysiburian03@gmail.com)

**Abstract.** *Background: Hypertension is a pressure in the blood vessels exceeding 140 mmHg (systolic) and 90 mmHg (diastolic) on two or more measurements, with an abnormal increase in blood pressure that continues and lasts for more than one period. The American Society of states that hypertension is a progressive cardiovascular syndrome caused by a number of closely related diseases. Objective: To determine the decrease in blood pressure in hypertensive patients before and after music therapy in Sei Tuan Village, Pantai Labu District. Method: This Pre - experimental design research method uses a general research design, but does not use a control group. Pre-experimental design is a design that includes only one group or is given a pre and pos test (The One Group Pretest - Post test). Results: The results of the study conducted on hypertensive patients in Sei Tuan Village showed an increase After the intervention (post-test), there was a significant change in the distribution of blood pressure, a significance value (Asymp. Sig. 2 tailed) of 0.001 was obtained. This value is smaller than the value of  $\alpha = 0.05$  ( $0.001 < 0.05$ ), so it can be concluded that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. Conclusion: there is an effect of lowering blood pressure in hypertension sufferers before and after music therapy in Sei Tuan Village, Pantai Labu District. Suggestion: For further researchers, it is hoped that this research will be further developed and the results of the research that has been carried out are expected to be a source of information in increasing insight into non-pharmacological interventions to lower blood pressure in hypertension sufferers.*

**Keywords:** *Blood Pressure; Classical Music Therapy; Hypertension*

**Abstrak.** Latar belakang: Hipertensi merupakan tekanan di dalam pembuluh darah melebihi 140 mmHg (sistolik) dan 90 mmHg (diastolik) pada dua kali pengukuran atau lebih, dengan peningkatan tekanan darah abnormal yang terus-menerus dan berlangsung selama lebih dari satu periode. American Society of menyatakan bahwa hipertensi adalah sindrom kardiovaskular progresif yang disebabkan oleh sejumlah penyakit yang saling terkait erat. Tujuan: Untuk mengetahui penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik di Desa Sei Tuan Kecamatan Pantai Labu. Metode: Metode penelitian Pre-eksperimental design ini menggunakan desain penelitian pada umumnya, namun tidak menggunakan kelompok kontrol. Pre-eksperimental design ialah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau yang diberikan pre dan post test (The One Group Pretest – Post test). Hasil: Hasil penelitian dilakukan pada penderita hipertensi di desa sei tuan menunjukkan adanya peningkatan Setelah intervensi (post-test), terjadi perubahan signifikan dalam distribusi tekanan darah, diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,001. Nilai ini lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  ( $0,001 < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulan: terdapat pengaruh penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik di Desa Sei Tuan Kecamatan Pantai Labu. Saran: Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini lebih dikembangkan lagi dan hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan bisa menjadi sumber informasi dalam menambah wawasan mengenai Intervensi non farmakologi untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi; Tekanan Darah; Terapi Musik Klasik

## **1. LATAR BELAKANG**

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang menjadi perhatian global. Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi tekanan darah persisten dengan tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg (WHO, 2023). Penyakit ini bersifat degeneratif dan dapat berkembang tanpa gejala yang disadari hingga mencapai tingkat yang mengancam jiwa. Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dibagi menjadi dua jenis, yaitu hipertensi primer yang tidak diketahui penyebabnya dan hipertensi sekunder yang disebabkan oleh penyakit lain. Jika tidak ditangani dengan baik, hipertensi dapat mengakibatkan komplikasi serius seperti stroke, kelemahan jantung, dan penyakit jantung koroner, sehingga hipertensi dikenal pula sebagai *the silent killer* yang menjadi salah satu faktor risiko paling berpengaruh terhadap penyakit kardiovaskular (Dila, 2023).

Secara global, hipertensi telah menjadi beban kesehatan yang signifikan. Data (WHO, 2023) menyebutkan bahwa sebanyak 1,3 miliar orang di dunia menderita hipertensi, dengan sekitar 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat penyakit ini. Di kawasan Asia Tenggara, prevalensi hipertensi juga cukup tinggi, di mana Thailand mencatat 17%, Vietnam 34,6%, Singapura 24,9%, dan Malaysia 29,9%. Di Indonesia, angka kejadian hipertensi mencapai 34,1% berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS), dengan estimasi jumlah kasus sebesar 63.309.620 orang dan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 jiwa. Di Sumatera Utara, prevalensi hipertensi mencapai 29,19% atau sekitar 3.200.454 orang, dengan Kabupaten Deli Serdang mencatat 662.021 penderita dan Kabupaten Karo sebagai salah satu kabupaten dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak, yaitu sebesar 12.608 orang pada tahun 2016 (Kemenkes RI, 2022).

Penanganan hipertensi dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Pengobatan farmakologi menggunakan obat-obatan antihipertensi, namun memiliki efek negatif salah satunya berupa *rebound hypertension*, yakni kondisi di mana tekanan darah kembali meningkat saat konsumsi obat dihentikan (Jamaica et al., 2024). Oleh karena itu, pendekatan nonfarmakologi melalui terapi komplementer menjadi alternatif yang semakin diminati. Beberapa bentuk terapi komplementer yang telah dikaji antara lain terapi tertawa, terapi pijat kaki dengan minyak esensial lavender, terapi meditasi, serta terapi musik klasik (Anugerah et al., 2022). Terapi musik klasik dinilai mampu memberikan efek relaksasi yang bermakna, karena ritme musik yang pelan dapat mengubah aktivasi gelombang otak dari beta menjadi alfa, sehingga kondisi tegang berubah menjadi lebih rileks. Selain itu, mendengarkan musik yang indah dapat merangsang produksi hormon beta-endorfin yang berperan dalam menciptakan perasaan bahagia dan menurunkan respons sistem saraf simpatik, termasuk tekanan darah (Herawati et al., 2018).

Meskipun berbagai penelitian telah membuktikan manfaat terapi musik klasik secara umum, kajian yang secara spesifik meneliti pengaruhnya terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di tingkat komunitas, khususnya di wilayah pedesaan Sumatera Utara, masih sangat terbatas. Sebagian besar studi yang ada dilakukan

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA SEI TUAN KECAMATAN PANTAI LABU**

di lingkungan rumah sakit atau fasilitas kesehatan formal, sehingga belum mencerminkan kondisi nyata masyarakat yang tinggal jauh dari akses layanan kesehatan yang memadai. Selain itu, fakta bahwa sebesar 32,3% penderita hipertensi tidak rutin mengonsumsi obat dan 13,3% tidak mengonsumsi obat sama sekali menunjukkan perlunya intervensi alternatif yang mudah diterapkan di masyarakat (Kemenkes RI, 2022). Kebaruan penelitian ini terletak pada upaya mengisi kesenjangan tersebut dengan mengkaji secara empiris efektivitas terapi musik klasik sebagai intervensi nonfarmakologi yang praktis, terjangkau, dan dapat dilakukan secara mandiri oleh penderita hipertensi di tingkat komunitas.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Sei Tuan, Kecamatan Pantai Labu. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan terapi komplementer berbasis bukti, sekaligus menjadi rekomendasi praktis bagi tenaga kesehatan maupun masyarakat dalam pengelolaan hipertensi secara mandiri dan berkelanjutan.

## **2. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental model The One Group Pretest-Posttest, yaitu rancangan yang hanya melibatkan satu kelompok perlakuan yang diukur sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi di Desa Sei Tuan, Kecamatan Pantai Labu, yang berjumlah 20 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, sehingga diperoleh sampel sebanyak 20 responden.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung menggunakan lembar observasi yang mencatat nilai tekanan darah sistolik dan diastolik responden sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik. Selanjutnya data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan Uji Wilcoxon Signed Ranks Test untuk mengetahui Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Sei Tuan Kecamatan Pantai Labu.

## **3. HASIL PENELITIAN**

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Di Desa Sei Tuan**

<b>No</b>	<b>Karakteristik</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Percentase(%)</b>
<b>1.</b>	<b>Jenis kelamin</b>		
	Perempuan	15	75%
	Laki – laki	5	25%
<b>2</b>	<b>Usia</b>		
	30 – 49 tahun	11	55%

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA SEI TUAN KECAMATAN PANTAI LABU**

50 – 59 tahun	6	30%
60 – 70 tahun	3	15%
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan jenis kelamin, terdapat yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 responden (75%), dan yang berjenis kelamin laki – laki sebanyak 5 responden (25%). Berdasarkan usia, terdapat responden dengan usia 30 – 49 tahun sebanyak 11 responden (55%), usia 50 – 59 tahun sebanyak 6 responden (30%), usia 60 – 70 tahun sebanyak 3 responden (15%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Intervensi**

Kategori	Pre Test				Post Test			
	sistole		Diastole		Systole		Diastole	
	f	%	F	%	f	%	f	%
Optimal	-		2	10%	1	5%	7	35%
Normal	2	10%	1	5%	13	65%	8	40%
Pre Hipertensi	12	60%	13	65%	-	-	2	20%
Hipertensi derajat 1	2	10%	-	-	3	15%	3	25%
Hipertensi derajat 2	2	10%	4	20%	1	5%	-	-
Hipertensi derajat 3	-	-	-	-	-	-	-	-
Hipertensi sistolik terisolasi	2	10%	-	-	2	10%	-	-

Berdasarkan data pada tabel 2. diatas menunjukkan distribusi frekuensi tekanan darah sebelum intervensi (pre-test), mayoritas responden berada dalam kategori pre-hipertensi untuk tekanan darah sistolik, yaitu sebanyak 12 orang (60%). Sementara itu, untuk tekanan darah diastolik, mayoritas peserta juga berada dalam kategori pre-hipertensi, yaitu 13 orang (65%). Pada tekanan darah sistolik, hanya 2 orang (10%) yang berada dalam kategori normal, sementara sisanya terbagi ke dalam kategori hipertensi derajat 1 (10%), hipertensi derajat 2 (10%), dan hipertensi sistolik terisolasi (10%). Untuk tekanan darah diastolik, sebanyak 2 orang (10%) berada dalam kategori optimal, 1 orang (5%) dalam kategori normal, 4 orang (20%) dalam kategori hipertensi derajat 2, dan tidak ada peserta yang masuk ke dalam kategori hipertensi derajat 3 maupun hipertensi sistolik terisolasi.

Setelah intervensi (post-test), terjadi perubahan signifikan dalam distribusi tekanan darah. Pada tekanan darah sistolik, jumlah peserta dalam kategori normal meningkat menjadi 13 orang (65%), dibandingkan dengan hanya 2 orang (10%) pada pre-test. Jumlah peserta dalam kategori pre-hipertensi menurun drastis menjadi nol, dari

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA SEI TUAN KECAMATAN PANTAI LABU**

sebelumnya 12 orang (60%). Kategori optimal yang sebelumnya tidak memiliki peserta kini memiliki 1 orang (5%). Sebaliknya, kategori hipertensi derajat 1 meningkat menjadi 3 orang (15%) dan hipertensi derajat 2 menurun menjadi 1 orang (5%). Sementara itu, kategori hipertensi sistolik terisolasi tetap berada pada angka 2 orang (10%).

**Tabel 3. Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi**

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Post test sistole
	Post test diastole
Z	-3.922 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon Signed Ranks Test, diperoleh nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,001. Nilai ini lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  ( $0,001 < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah pada penderita Hipertensi.

#### **4. PEMBAHASAN**

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, hasil penelitian pada penderita hipertensi di Desa Sei Tuan, Kecamatan Pantai Labu menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 15 orang (75%) dan laki-laki sebanyak 5 orang (25%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Maring et al., 2022) yang memperoleh data bahwa jumlah penderita hipertensi perempuan lebih dominan, yakni sebesar 62,80% dibandingkan laki-laki sebesar 37,19%. Secara fisiologis, hal ini dapat dijelaskan oleh pengaruh hormonal, di mana wanita pascamenopause mengalami penurunan kadar estrogen yang menyebabkan darah menjadi lebih kental sehingga meningkatkan risiko pembekuan darah dan turut mempengaruhi kadar kolesterol LDL (Low Density Lipoprotein) yang berdampak pada peningkatan risiko penyakit kardiovaskular termasuk hipertensi (Rachmawati et al., 2023). Hasil ini juga diperkuat oleh penelitian (Nurhayati et al., 2023) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara jenis kelamin dan kejadian hipertensi dengan nilai  $p = 0,035$ , di mana perempuan memiliki peluang 2,7 kali lebih besar untuk menderita hipertensi dibandingkan laki-laki.

Hasil penelitian ini menunjukkan dominasi perempuan sebagai penderita hipertensi juga didukung oleh berbagai laporan regional di Indonesia. Laporan Sugiri (2023) di Jawa Tengah menunjukkan prevalensi hipertensi pada wanita sebesar 11% dibandingkan pria

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA SEI TUAN KECAMATAN PANTAI LABU**

sebesar 6%, sementara di daerah perkotaan Semarang prevalensi pada wanita mencapai 10,9% dan pria 7,5%. Data Dinas Kesehatan Sumatera Utara (2019) juga mencatat bahwa penderita hipertensi perempuan lebih dominan, dengan jumlah 1.635.911 orang dibandingkan laki-laki sebesar 1.564.539 orang. Hal ini menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin, terutama perubahan hormonal pada perempuan, merupakan salah satu determinan penting dalam kejadian hipertensi yang perlu mendapat perhatian khusus dalam upaya pencegahan dan penanganan di tingkat komunitas.

Berdasarkan karakteristik usia, distribusi responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok usia 30–49 tahun merupakan kelompok terbanyak, yaitu 11 orang (55%), diikuti usia 50–59 tahun sebanyak 6 orang (30%), dan usia 60–70 tahun sebanyak 3 orang (15%). Temuan ini relevan dengan pernyataan Faula Dimas Pratama (2023) bahwa hipertensi primer umumnya mulai muncul pada rentang usia 30–50 tahun, dan kejadian hipertensi terus meningkat seiring pertambahan usia di mana 50–60% klien berusia lebih dari 60 tahun memiliki tekanan darah di atas 140/90 mmHg. Penelitian epidemiologi juga telah menunjukkan bahwa prognosis yang lebih buruk cenderung ditemukan pada klien yang hipertensinya mulai terjadi sejak usia muda. Temuan ini menegaskan bahwa hipertensi tidak hanya menjadi masalah pada lansia, tetapi juga mulai mengancam kelompok usia produktif, sehingga intervensi dini menjadi sangat penting. Hasil ini juga sejalan dengan data RISKESDAS yang menunjukkan tingginya angka hipertensi pada kelompok usia 45–54 tahun sebesar 45,3% (Arum, 2019).

Pengukuran tekanan darah sebelum intervensi (pre-test) menunjukkan bahwa mayoritas responden berada dalam kategori pre-hipertensi, baik untuk tekanan darah sistolik sebanyak 12 orang (60%) maupun diastolik sebanyak 13 orang (65%). Kondisi ini mencerminkan tahap awal gangguan tekanan darah yang apabila tidak ditangani dapat berkembang menjadi hipertensi penuh. Penelitian (Aini et al., 2017) menunjukkan kondisi serupa sebelum intervensi diberikan, dan membuktikan bahwa terapi musik klasik berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan nilai  $p = 0,001$ . Kondisi pre-hipertensi yang mendominasi pada tahap pre-test dalam penelitian ini menjadi landasan kuat perlunya pemberian intervensi nonfarmakologi yang efektif, mudah diakses, dan tidak menimbulkan efek samping bagi masyarakat.

Setelah pemberian terapi musik klasik, terjadi perubahan yang signifikan pada distribusi tekanan darah responden. Pada tekanan darah sistolik, jumlah responden dalam kategori normal meningkat dari 2 orang (10%) menjadi 13 orang (65%), sementara kategori pre-hipertensi menurun drastis dari 12 orang (60%) menjadi nol. Perubahan serupa juga terlihat pada kategori hipertensi derajat 2 yang mengalami penurunan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Jasmarizal dkk. (2013) yang menemukan bahwa 100% responden mengalami penurunan tekanan darah sistolik rata-rata 6 mmHg setelah diberikan terapi musik klasik, dengan nilai  $p = 0,003$ . Perubahan yang konsisten ini menunjukkan bahwa terapi musik klasik mampu memberikan dampak nyata dalam menurunkan tekanan darah, khususnya pada kategori sistolik yang menjadi indikator utama risiko kardiovaskular (Laloan, 2025).

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA SEI TUAN KECAMATAN PANTAI LABU**

Secara mekanisme fisiologis, efektivitas terapi musik klasik dalam menurunkan tekanan darah dapat dijelaskan melalui jalur neurobiologis. Musik klasik dengan karakteristik tempo yang dinamis dan nada yang lembut mampu mengaktifkan sistem limbik di otak yang berkaitan dengan respons emosional, sehingga individu merasa rileks dan tekanan darah dapat menurun (Ohorella & Achmad, 2022). Selain itu, musik juga merangsang tubuh untuk memproduksi molekul Nitric Oxide (NO) yang bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga secara langsung mengurangi tekanan darah. Ritme musik klasik yang pelan juga diketahui mampu mengubah aktivasi gelombang otak dari beta menjadi alfa, yakni kondisi yang berhubungan erat dengan relaksasi dan ketenangan (Wulandari et al., 2025). Mekanisme-mekanisme ini secara kolektif menjelaskan mengapa terapi musik klasik terbukti efektif sebagai intervensi nonfarmakologi pada penderita hipertensi.

Hasil analisis statistik menggunakan Uji Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai signifikansi (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,001 yang lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Sei Tuan, Kecamatan Pantai Labu. Temuan ini konsisten dengan penelitian Astuty (2019) yang memperoleh nilai  $p = 0,000$  dengan selisih rerata pre-test dan post-test sebesar 20,67, serta penelitian Marina (2022) yang menunjukkan penurunan rata-rata tekanan darah dari 154/79 mmHg menjadi 136/96 mmHg dengan nilai  $p = 0,008$ . Penelitian (Pratama et al., 2023) juga menyimpulkan bahwa terapi musik efektif dalam mengontrol tekanan darah, menurunkan kecemasan dan depresi, serta meningkatkan kualitas tidur pada pasien hipertensi. Hasil-hasil ini secara kolektif memperkuat bukti ilmiah bahwa terapi musik klasik merupakan intervensi nonfarmakologi yang valid dan efektif untuk diterapkan pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi yang luas baik secara teoritis maupun praktis. Secara teoritis, penelitian ini memperkuat dan menambah bukti empiris mengenai efektivitas terapi musik klasik sebagai bagian dari pendekatan holistik dalam manajemen hipertensi, khususnya di tingkat komunitas yang selama ini masih minim kajian berbasis bukti. Secara praktis, terapi musik klasik dapat direkomendasikan kepada tenaga kesehatan sebagai intervensi komplementer yang mudah diterapkan, tidak memerlukan biaya besar, dan tidak menimbulkan efek samping seperti halnya pengobatan farmakologi. Bagi masyarakat, terapi ini dapat dilakukan secara mandiri di rumah sebagai bagian dari gaya hidup sehat dalam mengendalikan tekanan darah. Mengingat masih tingginya angka penderita hipertensi yang tidak rutin mengonsumsi obat (32,3%) maupun yang tidak mengonsumsi obat sama sekali (13,3%) (Kemenkes RI, 2022), penerapan terapi musik klasik secara rutin dapat menjadi solusi alternatif yang berkelanjutan. Oleh karena itu, program kesehatan komunitas di tingkat desa dan puskesmas perlu mempertimbangkan integrasi terapi musik klasik ke dalam protokol penanganan hipertensi sebagai upaya promotif dan preventif yang berbasis bukti ilmiah.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terapi musik klasik berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Sei Tuan, Kecamatan Pantai Labu, dibuktikan dengan nilai signifikansi Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ). Sebelum intervensi, mayoritas responden berada dalam kategori pre-hipertensi, namun setelah intervensi terjadi perubahan yang bermakna di mana kategori normal pada tekanan darah sistolik meningkat dari 10% menjadi 65%. Responden didominasi oleh perempuan (75%) dan kelompok usia produktif 30–49 tahun (55%), yang mengindikasikan bahwa hipertensi tidak hanya menjadi masalah lansia tetapi juga mengancam usia produktif. Perlu dicatat bahwa generalisasi temuan ini perlu dilakukan secara hati-hati mengingat ukuran sampel yang relatif kecil dan desain penelitian yang hanya menggunakan satu kelompok tanpa kelompok kontrol.

Berdasarkan temuan tersebut, tenaga kesehatan dan institusi pelayanan kesehatan di tingkat komunitas disarankan untuk mempertimbangkan terapi musik klasik sebagai bagian dari protokol intervensi nonfarmakologi dalam penanganan hipertensi, mengingat kemudahan penerapan dan minimnya efek samping yang ditimbulkan. Bagi masyarakat, khususnya penderita hipertensi, terapi ini dapat diterapkan secara mandiri sebagai bagian dari pengelolaan tekanan darah sehari-hari. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah sampel yang kecil, tidak adanya kelompok kontrol, dan tidak dilakukannya pengontrolan terhadap faktor perancu seperti konsumsi obat dan aktivitas fisik. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain *randomized controlled trial* dengan sampel yang lebih besar, durasi intervensi yang lebih panjang, serta mempertimbangkan variabel perancu yang lebih komprehensif guna menghasilkan bukti ilmiah yang lebih kuat..

## **DAFTAR REFERENSI**

- Aini, N., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. M. (2017). Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Terapi Musik Klasik (Mozart) pada Lansia Hipertensi Stadium 1 di Desa Donowarih Karangploso Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Anugerah, A., Zainal Abidin, A., & Prastiyo, J. (2022). Terapi Komplementer Terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Literatur. *Journal of Bionursing*, 4(1), 44–54. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2022.4.1.128>
- Arum, Y. T. G. (2019). Hipertensi pada penduduk usia produktif (15-64 tahun). *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(3), 345–356.
- Dila, S. R. (2023). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Pasien Dewasa Di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. *Sainsbertek Jurnal Ilmiah Sains & Teknologi*, 3(2), 19–27.
- Herawati, N., Sari, K. M., & MurtiNingsih, W. D. A. T. (2018). Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi di kelurahan

**PENGARUH TERAPI MUSIK KLASIK TERHADAP  
PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA  
HIPERTENSI DI DESA SEI TUAN KECAMATAN PANTAI LABU**

- Simpang Rumbio wilayah kerja Puskesmas Ktk Kota Solok. *Menara Ilmu: Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah*, 12(3).
- Jamaica, P. A., Rindarwati, A. Y., Destiani, D. P., & Salsabila, L. (2024). Skrining dan Edukasi Sebagai Upaya Pengendalian Hipertensi. *Jurnal Pengembangan Dan Pengabdian Masyarakat Multikultural*, 2(3), 104–110.
- Kemendes RI. (2022). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
- Laloan, R. M. (2025). Efek Terapi Musik Klasik Terhadap Stabilitas Hemodinamik: Tinjauan Literatur Sistematis. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(1), 103–116.
- Maring, F. N. A., Purnawan, S., & Ndun, H. J. N. (2022). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Puskemas Naibonat. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan (JURRIKES)*, 1(1), 19–26.
- Nurhayati, U. A., Ariyanto, A., & Syafriakhwan, F. (2023). Hubungan usia dan jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas' Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 363–369.
- Ohorella, U. B., & Achmad, I. (2022). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Desa Mosso Maluku. *Jurnal Keperawatan Indonesia Timur (East Indonesian Nursing Journal)*, 2(1), 28–36.
- Pratama, F. D., Ludiana, L., & Dewi, T. K. (2023). Penerapan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Yosomulyo. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(3), 314–322.
- Rachmawati, F. A., Setyawan, F. E. B., & Wartiningih, M. (2023). Identifikasi faktor risiko peningkatan kejadian hipertensi. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 3(3).
- WHO. (2023). *WHO health workforce support and safeguards list 2023*. World Health Organization.
- 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. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA (JKSP)*, 8(2), 586–592.