



## **Pengaruh Teknik Distraksi Mendengarkan Musik Klasik Mozart Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang**

### ***The Effect of Distraction Techniques Listening to Mozart's Classical Music on Blood Pressure in Hypertension Patients in Cendana Room 1, Tangerang City Hospital***

**Yogi Wahyu Pratama<sup>1</sup>, Bambang Suryadi<sup>2</sup>, Yeni Koto<sup>3</sup>**

Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju

Email: [Yogiwahyupratama123.co.id@gmail.com](mailto:Yogiwahyupratama123.co.id@gmail.com)

#### **Article Info**

##### Article history :

Received : 13-03-2025

Revised : 15-03-2025

Accepted : 17-03-2025

Published: 19-03-2025

#### **Abstract**

*Hypertension is one of the most common and pressing public health problems, especially in developing countries, not only adding to the burden on health systems but also increasing the risk of various degenerated diseases. The distraction technique approach, which is a method of diverting attention through certain activities that can help lower blood pressure. The research method is a quasi-experimental design with a pretest-posttest approach without a control group. The population is all hypertension patients treated in Room 1 of Tangerang City Hospital with sample determination using the purposive sampling method, hypertension patients aged 40 years and above who are in Room 1 of Tangerang City Hospital with 31 people. The results showed that the average systolic blood pressure of patients before listening to Mozart's classical music was 152.96 mmHg. After the intervention, systolic blood pressure decreased significantly to 130.64 mmHg. This decrease of 22.32 mmHg shows a significant effect of the intervention on the patient's systolic blood pressure. Similarly, diastolic blood pressure experienced a significant decrease, from an average of 97.70 mmHg before the intervention to 90.22 mmHg after the intervention, with a decrease of 7.48 mmHg. These results support an alternative hypothesis (H1) that states that there is a significant association between distraction techniques through listening to classical Mozart music and a decrease in blood pressure in hypertensive patients.*

**Keywords:** *Hypertension, mozart classical music, blood pressure*

#### **Abstrak**

Hipertensi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling umum dan mendesak, terutama di negara berkembang, tidak hanya menambah beban sistem kesehatan tetapi juga meningkatkan risiko berbagai penyakit degenerated. Pendekatan teknik distraksi, yaitu metode pengalihan perhatian melalui aktivitas tertentu yang dapat membantu menurunkan tekanan darah. Metode penelitian yaitu desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Populasi adalah seluruh pasien hipertensi yang dirawat di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang dengan penentuan sampel menggunakan metode *purposive sampling*, pasien hipertensi berusia 40 tahun ke atas yang berada di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang dengan 31 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pasien sebelum mendengarkan musik klasik Mozart adalah 152,96 mmHg. Setelah intervensi, tekanan darah sistolik menurun secara signifikan menjadi 130,64 mmHg. Penurunan sebesar 22,32 mmHg ini menunjukkan efek yang cukup signifikan dari intervensi terhadap tekanan darah sistolik pasien. Demikian pula, tekanan darah diastolik mengalami penurunan yang signifikan, dari rata-rata 97,70 mmHg sebelum intervensi menjadi 90,22 mmHg setelah intervensi, dengan penurunan sebesar 7,48 mmHg. Hasil ini mendukung hipotesis alternatif (H1) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara teknik



distraksi melalui mendengarkan musik klasik Mozart dengan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

**Kata Kunci:** Hipertensi, musik klasik mozart, tekanan darah.

## PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi, adalah salah satu masalah kesehatan masyarakat yang paling umum dan mendesak, terutama di negara berkembang. Kondisi ini tidak hanya menambah beban sistem kesehatan tetapi juga meningkatkan risiko berbagai penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung kongestif dan gangguan pada pembuluh darah perifer. Hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Tanpa penanganan yang tepat, hipertensi dapat menyebabkan kerusakan serius pada organ tubuh, termasuk otak, jantung, dan ginjal.<sup>14</sup>

Salah satu komplikasi serius dari hipertensi adalah stroke, yang dapat menyebabkan tingkat kematian yang sangat tinggi, serta berbagai kondisi kesehatan berbahaya lainnya, seperti infark miokard dan gagal ginjal. Stroke, sebagai salah satu konsekuensi yang paling mengancam, tidak hanya berpotensi mematikan tetapi juga sering meninggalkan dampak jangka panjang yang mempengaruhi kualitas hidup penderita secara signifikan. Selain itu, statistik menunjukkan bahwa dari seluruh penderita hipertensi yang terdeteksi, hanya sekitar 50% yang mengetahui kondisi mereka, dengan hanya 25% yang menerima pengobatan yang memadai. Ironisnya, hanya 12,5% dari mereka yang benar-benar menerima pengobatan sesuai standar yang direkomendasikan, sehingga risiko komplikasi tetap tinggi pada sebagian besar penderita hipertensi.<sup>39</sup> Prediksi menunjukkan bahwa pada tahun 2025, kasus hipertensi di negara berkembang akan meningkat secara signifikan, mencapai 1,15 miliar kasus dari 639 juta kasus pada tahun 2000.<sup>5</sup> Di Indonesia, prevalensi hipertensi menurut Riset Kesehatan Dasar mencapai 30% dari populasi, dan survey sebelumnya menunjukkan bahwa kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah, termasuk hipertensi, mencapai 26,3%.<sup>42</sup> Data terbaru menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia adalah sekitar 31,7% pada usia 18 tahun ke atas, dengan sekitar 60% dari penderita mengalami stroke sebagai komplikasi.<sup>40</sup>

Dari total penderita hipertensi yang diperkirakan mencapai 15 juta orang di Indonesia, hanya 4% yang dapat dikendalikan dengan baik. Prevalensi hipertensi pada orang dewasa berada di kisaran 6-15%, dan sekitar 50% dari mereka tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi, sehingga mereka tidak menghindari faktor risiko dan berpotensi mengalami hipertensi berat di masa depan.<sup>6</sup>

Di Kota Tangerang, terdapat sekitar 20.195 pasien hipertensi yang tercatat dalam data kunjungan rawat jalan.<sup>12</sup> Mengingat angka yang cukup signifikan ini, penanganan hipertensi memerlukan pendekatan yang komprehensif dan inovatif. Salah satu pendekatan yang menarik untuk dikaji adalah teknik distraksi, yaitu metode pengalihan perhatian melalui aktivitas tertentu yang dapat membantu menurunkan tekanan darah.<sup>28</sup>

Musik memiliki kekuatan luar biasa untuk mempengaruhi dan mengatur emosi. Melodi, ritme, dan harmoni dalam musik dapat menciptakan perasaan bahagia, sedih, tenang, atau bersemangat. Musik sering digunakan untuk meningkatkan suasana hati, mengurangi kecemasan,



dan membantu individu menghadapi perasaan mereka. Dalam terapi musik, musik dipilih untuk membantu pasien mengelola stres dan gangguan emosional.<sup>35</sup>

Musik klasik khususnya musik mozart merupakan salah satu bentuk musik yang telah dikenal luas karena dapat memberikan efek menenangkan pada pendengarnya. Melodi dan ritme dalam musik klasik menciptakan suasana yang dapat membantu meredakan stres, mengurangi nyeri, dan mengalihkan perhatian dari ketidaknyamanan fisik. Musik klasik, yang merupakan bagian dari era musik diatonis yang berkembang antara zaman Barok dan Romantik, memiliki struktur ritmis dan harmonis yang dapat memberikan efek relaksasi pada tubuh dan pikiran.<sup>17</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Alamsyah et al. (2021)<sup>3</sup> menyatakan bahwa musik mempunyai efek menyembuhkan penyakit dan meningkatkan kemampuan mental seseorang. Musik dapat digunakan sebagai obat untuk meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan jasmani dan rohani. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada penurunan tekanan darah pada responden setelah dilakukan pemberian terapi musik klasik ditandai dengan p value sebesar 0,0001. Dapat ditarik kesimpulan bahwa mendengarkan musik klasik dapat mengurangi tekanan darah.

Studi sebelumnya menunjukkan bahwa teknik distraksi musik dapat membantu menangani masalah keperawatan pasien hipertensi, khususnya pada orang lanjut usia. Dalam studi mereka tentang "Asuhan Keperawatan Gerontik pada Lansia dengan Hipertensi dengan Teknik Distraksi Musik Instrumental Klasik pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Seksi Kesejahteraan Lanjut Usia Padu Wau Maumere", Livarius & Barek Aran (2023)<sup>22</sup> melihat manfaat musik instrumental klasik sebagai metode distraksi untuk meredakan nyeri akut pada lansia dengan hipertensi. Studi mereka menunjukkan bahwa musik klasik dapat membantu mengurangi tingkat nyeri pasien hipertensi yang lebih tua. Teknik ini mengalihkan perhatian pasien dari rasa sakit mereka, meningkatkan tekanan darah. Distraksi oleh musik juga dapat mengurangi kecemasan, yang pada gilirannya dapat menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup orang dewasa yang menderita hipertensi.

Selain itu, metode non-farmakologis untuk mengobati hipertensi pada orang tua juga dibahas dalam penelitian Anindya (2024)<sup>7</sup> tentang "Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam pada Pasien Lansia dengan Hipertensi yang Mengalami Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Puskesmas Kotabumi 1." Anindya melakukan penelitian tentang teknik relaksasi pernapasan dalam sebagai metode yang efektif untuk menurunkan tekanan darah dan meredakan nyeri akut pada pasien hipertensi yang lebih tua. Relaksasi pernapasan merangsang sistem saraf parasimpatis, yang menenangkan dan mengurangi tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode seperti musik dapat membantu mengelola tekanan darah dan menurunkan tingkat nyeri pasien hipertensi.

Kedua penelitian ini menunjukkan bahwa teknik distraksi non-farmakologis seperti musik instrumental klasik dan relaksasi pernapasan dalam sangat penting sebagai bagian dari intervensi keperawatan untuk menangani hipertensi dan nyeri akut pada orang tua. Hasilnya menunjukkan bahwa teknik ini tidak hanya meredakan nyeri, tetapi juga membantu menurunkan tekanan darah. Penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk penyelidikan lebih lanjut tentang metode distraksi tambahan, seperti musik klasik mozart, dalam pengobatan hipertensi, terutama di lingkungan medis seperti rumah sakit dan pusat kesehatan.



Alasan pemilihan musik klasik Mozart dalam penelitian ini adalah karena musik Mozart diketahui memiliki efek yang unik dan terbukti menenangkan, serta diyakini dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Musik Mozart, dengan struktur harmonis, melodi yang berulang, dan frekuensi yang konsisten, memiliki karakteristik yang mampu merangsang otak untuk menghasilkan gelombang alfa, yang dikaitkan dengan relaksasi dan pengurangan stres. Studi sebelumnya lebih sering menggunakan musik instrumental klasik secara umum atau jenis musik lainnya, seperti musik Islami, sebagai teknik distraksi. Penelitian ini berfokus pada musik Mozart untuk melihat apakah genre klasik tertentu ini memiliki pengaruh yang lebih signifikan dibandingkan dengan jenis musik lain dalam menurunkan tekanan darah.

Pada bulan Juli, peneliti telah mengumpulkan data dari 130 pasien yang didiagnosis dengan hipertensi (HT). Dari jumlah tersebut, sekitar 40 pasien melaporkan mengalami gejala pusing dan sakit kepala yang berhubungan dengan kondisi hipertensi mereka. Temuan ini menunjukkan dampak signifikan dari hipertensi terhadap kualitas hidup pasien, terutama dalam hal kesehatan mental dan fisik. Gejala seperti pusing dan sakit kepala dapat menurunkan produktivitas dan kualitas hidup pasien, serta meningkatkan risiko komplikasi lebih lanjut. Banyaknya hipertensi di lokasi penelitian berdampak signifikan terhadap kualitas hidup pasien, seperti pusing, sakit kepala, produktivitas menurun, dan risiko komplikasi. Banyaknya hipertensi di lokasi penelitian berdampak pada meningkatnya biaya kesehatan, penurunan produktivitas kerja, risiko komplikasi serius.<sup>8</sup> Oleh karena itu, diperlukan pemahaman prevalensi dan penyebab gejala ini, sehingga penanganan yang tepat dapat diterapkan.

Dari latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Teknik Distraksi Mendengarkan Musik Klasik Mozart Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang” Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan hubungan antara teknik distraksi mendengarkan musik klasik mozart dengan penurunan hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru mengenai efektivitas metode non-farmakologis dalam pengelolaan hipertensi dan berpotensi menjadi strategi tambahan dalam perawatan pasien hipertensi. Mendengarkan musik klasik sebagai teknik distraksi menawarkan pendekatan non-invasif yang sederhana dan mudah diakses, yang dapat melengkapi protokol perawatan hipertensi, terutama dalam situasi darurat yang membutuhkan penanganan cepat dan efektif.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest tanpa kelompok kontrol.<sup>1</sup> Desain ini dipilih untuk menguji efektivitas teknik distraksi mendengarkan musik klasik mozart terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.<sup>26</sup>

Pretest dilakukan untuk mengukur tekanan darah pasien sebelum mendengarkan musik klasik mozart, dan posttest dilakukan setelah pasien mendengarkan musik klasik mozart selama periode waktu yang telah ditentukan. Karena penelitian ini dilakukan di ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang, tidak mungkin mengontrol seluruh variabel yang berpengaruh, tetapi pengukuran dilakukan secara berulang untuk mengetahui perubahan tekanan darah.



Keterangan:

O1 : Pengukuran sebelum perlakuan (pretest)

X : Perlakuan

O2 : Pengukuran setelah perlakuan (posttest)

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang dirawat di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang. Populasi ini mencakup semua individu yang memenuhi kriteria hipertensi, tanpa memandang usia, jenis kelamin, atau latar belakang medis, selama mereka dirawat di Ruang Cendana 1 dalam periode penelitian. Berdasarkan observasi didapatkan 31 pasien. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh teknik distraksi melalui musik klasik mozart terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Dalam penelitian ini, penentuan sampel menggunakan metode *purposive sampling*, yang berarti pemilihan sampel didasarkan pada tujuan penelitian dan kriteria tertentu yang telah ditetapkan. Penelitian ini berfokus pada pasien hipertensi berusia 40 tahun ke atas yang berada di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Menurut Gay, jumlah sampel minimal untuk penelitian eksperimental adalah 15 sampel, yang diperkuat oleh penelitian Yunita Qotrunada et al. (2021),<sup>41</sup> yang juga menggunakan sampel minimal 15. Menurut Arikunto (2012) dalam Darwipat & Syam (2020)<sup>11</sup> jika jumlah populasinya kurang dari 100 orang, maka jumlah sampelnya diambil secara keseluruhan, tetapi jika populasinya lebih besar dari 100 orang, maka bisa diambil 10-15% atau 20-25% dari jumlah populasinya. Berdasarkan populasi, maka dilakukan jumlah sampel keseluruhan (*Total Sampling*) Dapat terlihat dengan rumus:

$$n = N$$

Keterangan:

$n$  : jumlah sampel

$N$  : jumlah populasi

Karena populasi berjumlah 31 orang ( $N=31$ ), maka:  $n = 31$ . Dengan populasi kecil seperti ini, seluruh populasi diambil sebagai sampel. Dengan demikian, jika populasinya 31 orang, maka jumlah sampel yang digunakan adalah 31 orang. Hal ini memenuhi syarat minimal untuk penelitian eksperimental menurut Gay.

Prosedur penelitian ini terdiri dari beberapa tahapan penting. Tahap pertama adalah persiapan, di mana peneliti melakukan pengambilan izin penelitian dari pihak rumah sakit dan menyusun alat bantu penelitian seperti lembar observasi, instrumen pengukuran tekanan darah, serta perangkat pemutar musik klasik mozart.

Tahap kedua adalah rekrutmen dan seleksi pasien, di mana pasien yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi akan diminta partisipasinya secara sukarela setelah diberikan informasi terkait tujuan dan prosedur penelitian.

Tahap ketiga adalah pengukuran pretest, di mana tekanan darah pasien diukur sebelum diberikan intervensi musik klasik mozart. Selanjutnya, pada tahap intervensi, pasien akan diminta mendengarkan musik klasik mozart melalui headphone atau speaker dengan volume yang telah



disesuaikan, selama durasi 15 menit sesuai dengan prosedur standar penelitian seperti pada penelitian P. T. Aulia et al. (2021)<sup>12</sup> dan Pratama et al. (2023)<sup>31</sup>. Setelah itu, tahap kelima adalah pengukuran posttest, di mana tekanan darah pasien kembali diukur untuk melihat perubahan setelah mendengarkan musik klasik mozart.

Tahap akhir adalah analisis data, di mana data pretest dan posttest dianalisis menggunakan uji statistik untuk melihat apakah ada penurunan signifikan dalam tekanan darah setelah intervensi. Hasil penelitian akan disusun dalam laporan akhir yang menggambarkan efektivitas teknik distraksi mendengarkan musik klasik mozart terhadap hipertensi.

**Tabel 3.1.** Parameter Uji

Variabel	Parameter
Tekanan Darah sistolik pre-test	Nilai
Tekanan Darah diastolik pre-test	Nilai
Tekanan Darah sistolik post-test	Nilai
Tekanan Darah diastolik post-test	Nilai

Analisis univariat adalah metode statistik yang digunakan untuk menggambarkan dan menganalisis distribusi data dalam sebuah populasi. Dalam penelitian ini, analisis univariat dilakukan untuk memahami sebaran karakteristik pasien hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang, termasuk demografi seperti usia, jenis kelamin, dan gejala yang dialami. Data frekuensi memberikan informasi tentang berapa banyak pasien yang memenuhi kriteria tertentu, sehingga peneliti dapat melihat pola yang muncul dari variabel-variabel yang diteliti.

Uji normalitas dilakukan untuk memastikan bahwa data tekanan darah pasien hipertensi sebelum dan setelah intervensi mendengarkan musik klasik mozart memiliki distribusi yang sesuai dengan asumsi analisis parametrik. Salah satu metode yang umum digunakan untuk uji normalitas adalah uji Kolmogorov-Smirnov atau Shapiro-Wilk. Uji yang digunakan yaitu Shapiro-Wilk, karena sampel berjumlah  $<50$ .

Jika hasil uji menunjukkan bahwa p-value lebih besar dari 0,05, maka data dapat dianggap berdistribusi normal. Sebaliknya, jika p-value kurang dari 0,05, data dianggap tidak berdistribusi normal, dan peneliti mungkin perlu menggunakan metode statistik non-parametrik.

Uji asumsi klasik selain normalitas yaitu uji homogenitas. Uji ini untuk melihat apakah data bersifat homogen atau tidak. Jika hasil uji menunjukkan bahwa p-value lebih  $>0.05$  maka data dianggap homogen, dan apabila p-value  $<0.05$  maka data dianggap tidak homogen.

Analisis bivariat menggunakan uji hipotesis paired sample t-test adalah metode statistik yang digunakan untuk membandingkan dua rata-rata dari dua set data yang berpasangan. Dalam penelitian ini, paired sample t-test diterapkan untuk mengevaluasi efektivitas teknik distraksi melalui mendengarkan musik klasik mozart terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang. Uji ini digunakan karena pengukuran tekanan darah dilakukan pada pasien yang sama sebelum dan setelah intervensi.

## Hasil

Pada bagian hasil penelitian, akan dijabarkan mengenai data demografi, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis.



1. Data Demografi

Dalam data demografi, akan dijabarkan mengenai distribusi frekuensi dari jenis kelamin dan analisis deskriptif dari usia pasien. Berikut merupakan hasil yang didapatkan.

**Tabel 4.1.** Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin

		<b>Jenis Kelamin</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	14	22.6	45.2	45.2
	P	17	27.4	54.8	100.0
	Total	31	50.0	100.0	
Missing	System	31	50.0		
Total		62	100.0		

Data diolah: Peneliti

Berdasarkan tabel diatas, jenis kelamin didominasi dengan jenis kelamin perempuan dengan jumlah sebanyak 17 orang (54.8%), selanjutnya laki-laki dengan jumlah sebanyak 14 orang (45.2%).

**Tabel 4.2.** Analisis Deskriptif Usia

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Usia	31	36.00	80.00	55.1935	11.82771
Valid N (listwise)	31				

Data diolah: Peneliti

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan bahwa Usia paling rendah yaitu 36 tahun, dan yang paling tinggi yaitu 80 tahun dengan rata-rata usia pasien sebesar 55,19 tahun.

Tekanan darah pasien sebelum dan sesudah dilakukan distraksi terdapat pada tabel berikut.

**Tabel 4.3.** Hasil Tekanan Darah

Responden	TD Sistolik Sebelum	TD Sistolik Sesudah	TD Diastolik Sebelum	TD Diastolik Sesudah
1	145	120	95	90
2	155	125	100	89
3	153	122	92	85
4	161	135	110	97
5	153	129	90	85
6	152	127	108	82
7	146	129	95	88
8	162	139	102	100
9	149	149	95	98
10	149	131	109	92
11	147	132	88	85



12	165	124	101	97
13	143	137	94	92
14	160	141	95	94
15	152	120	94	80
16	153	127	95	91
17	151	129	91	96
18	143	139	110	100
19	150	135	90	88
20	154	124	97	83
21	170	134	101	98
22	152	120	97	81
23	162	138	110	100
24	148	138	98	85
25	148	120	94	80
26	158	129	97	92
27	152	137	99	94
28	155	129	100	98
29	150	122	102	90
30	149	138	85	83
31	155	131	95	84

Berdasarkan Tabel 4.3 Hasil Tekanan Darah, terdapat perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah intervensi pada sebagian besar responden. Secara umum, tekanan darah sistolik

2. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu dari uji asumsi klasik yang diperlukan untuk menentukan uji hipotesis yang digunakan. Apabila semua uji asumsi klasik terpenuhi, maka pengujian hipotesis menggunakan Paired Sample T-Test, sedangkan apabila uji asumsi klasik tidak terpenuhi maka yang digunakan adalah Mann Whitney. Data dianggap berdistribusi normal apabila memiliki nilai signifikansi >0.05, dan apabila nilai signifikansi <0.05 maka dianggap tidak berdistribusi normal. Dalam uji normalitas, uji yang digunakan adalah Shapiro-Wilk, karena sampel berjumlah kecil yaitu <50 sampel. Berikut merupakan hasil uji normalitas yang dilakukan.

**Tabel 4.4.** Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
TDS Sebelum	.149	31	.077	.950	31	.152
TDS Sesudah	.104	31	.200*	.953	31	.187
TDD Sebelum	.144	31	.102	.941	31	.086
TDD Sesudah	.145	31	.095	.937	31	.067

\*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Data diolah: Peneliti



Berdasarkan tabel diatas, didapatkan masing-masing signifikansi dari hasil uji memiliki nilai  $>0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan salah satu syarat terpenuhi uji asumsi klasik selain uji normalitas. Uji ini juga melihat nilai signifikansi dari uji homogenitas Levene Statistic, dimana data dapat dikatakan homogen apabila nilai signifikansi  $>0.05$ , sebaliknya apabila nilai signifikansi  $<0.05$  maka data dikatakan tidak homogen. Berikut merupakan hasil uji dari homogenitas.

**Tabel 4.5. Uji Homogenitas**

		Test of Homogeneity of Variance			
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Tekanan_Darah_Sistolik	Based on Mean	1.533	1	60	.220
	Based on Median	1.406	1	60	.240
	Based on Median and with adjusted df	1.406	1	59.940	.240
	Based on trimmed mean	1.555	1	60	.217
Tekanan_Darah_Diastolik	Based on Mean	.168	1	60	.684
	Based on Median	.258	1	60	.613
	Based on Median and with adjusted df	.258	1	56.453	.613
	Based on trimmed mean	.173	1	60	.679

Data diolah: Peneliti

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan signifikansi based on mean dari Tekanan Darah Sistolik sebesar 0.220 ( $>0.05$ ) dan Tekanan Darah Diastolik sebesar 0.684 ( $>0.05$ ), maka data dapat dikatakan homogen. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data memenuhi uji asumsi klasik, maka akan digunakan uji Paired Sample T-Test dalam menguji hipotesis.

4. Uji Hipotesis

Dalam uji hipotesis, digunakan uji Paired Sample T-Test dengan kriteria signifikansi. Apabila nilai signifikansi  $<0.05$  maka ada perbedaan yang signifikan, namun apabila nilai signifikansi  $>0.05$  maka tidak ada perbedaan yang signifikan. Berikut hasil uji hipotesis yang dilakukan.

**Tabel 4.6. Uji Hipotesis**

		Paired Samples Test					t	df	Sig. (2-tailed)
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower		Upper			
Pair 1	TDS_SelumatSes	22.32258	9.46709	1.70034	18.85002	25.79514	13.118	30	.000



	uda h								
Pair 2	TD D_S ebel um - TD D_S esud ah	7.48387	6.58215	1.18219	5.06952	9.89822	6. 3 3 1	30	.000

Data diolah: Peneliti

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan bahwa signifikansi dari uji hipotesis sebesar 0.000 (<0.05) dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dari hasil tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah intervensi musik klasik mozart. Selanjutnya akan diuji nilai rata-rata dari masing-masing hasil tekanan darah.

**Tabel 4.7.** Statistik Mean

		Paired Samples Statistics			
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	TDS Sebelum	152.9677	31	6.37434	1.14487
	TDS Sesudah	130.6452	31	7.39616	1.32839
Pair 2	TDD Sebelum	97.7097	31	6.57365	1.18066
	TDD Sesudah	90.2258	31	6.47410	1.16278

Data diolah: Peneliti

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan nilai mean dari Tekanan Darah Sistolik sebelum intervensi sebesar 152.96, berbeda dengan Tekanan Darah Sistolik sesudah intervensi sebesar 130.64 maka dapat disimpulkan terjadi penurunan yang cukup signifikan untuk Tekanan Darah Sistolik. Selanjutnya untuk nilai mean dari Tekanan Darah Diastolik sebelum intervensi yaitu sebesar 97.70, berbeda dengan Tekanan Darah Diastolik sesudah intervensi sebesar 90.22 maka dapat disimpulkan bahwa ada penurunan yang signifikan pula pada Tekanan Darah Diastolik. Maka dapat disimpulkan bahwa intervensi Musik Klasik Mozart dapat menurunkan Tekanan Darah Sistolik Diastolik dari pasien hipertensi yang ada di ruang cendana 1 RSUD Kota Tangerang.

**Pembahasan**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu kondisi medis kronis yang memerlukan penanganan efektif untuk mencegah komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang menarik perhatian adalah teknik distraksi melalui mendengarkan musik klasik, khususnya musik karya Mozart, yang diketahui memiliki efek relaksasi pada sistem kardiovaskular. Penelitian ini mengevaluasi efektivitas musik klasik Mozart terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang dengan mengukur perubahan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan setelah intervensi.

1. Karakteristik Penderita Hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 17 orang (54,8%). Sementara itu, jumlah responden laki-laki adalah 14 orang (45,2%). Distribusi ini menunjukkan bahwa perempuan lebih mendominasi dalam kelompok



penelitian, meskipun perbedaan proporsinya tidak terlalu signifikan. Dominasi responden perempuan ini dapat merefleksikan kecenderungan tertentu, misalnya dalam hal partisipasi perempuan yang lebih besar dalam program kesehatan atau lebih seringnya perempuan mencari pengobatan. Perbedaan proporsi ini juga dapat dikaitkan dengan perbedaan pola penyakit berdasarkan jenis kelamin atau faktor demografi lainnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia responden dalam penelitian ini bervariasi, dengan rentang usia dari 36 hingga 80 tahun. Usia rata-rata responden adalah 55,19 tahun, dengan standar deviasi sebesar 11,83. Rentang usia ini mencerminkan bahwa responden berasal dari kelompok dewasa hingga lanjut usia, dengan dominasi usia paruh baya hingga awal lansia. Kelompok usia ini seringkali menjadi sasaran dalam studi kesehatan, mengingat prevalensi penyakit tertentu, seperti hipertensi, cenderung meningkat pada usia tersebut. Rata-rata usia 55,19 tahun menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada tahap kehidupan dengan risiko lebih tinggi terhadap kondisi kesehatan yang memerlukan intervensi medis. Standar deviasi yang relatif moderat (11,83) juga mengindikasikan bahwa terdapat variasi usia yang cukup konsisten dalam kelompok responden, tanpa adanya perbedaan yang terlalu ekstrem.

Pemahaman mengenai distribusi jenis kelamin dan karakteristik usia responden ini penting untuk analisis lebih lanjut. Perbedaan jenis kelamin dapat mempengaruhi respons terhadap intervensi kesehatan tertentu, misalnya, faktor hormonal atau perilaku gaya hidup. Sementara itu, usia responden dapat memberikan gambaran mengenai kebutuhan spesifik intervensi, misalnya, pendekatan yang disesuaikan untuk kelompok usia lanjut. Secara keseluruhan, data demografi ini memberikan landasan yang kuat untuk menganalisis hasil penelitian lebih lanjut dan menyesuaikan intervensi berdasarkan kebutuhan spesifik responden.

## 2. Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang Sebelum Dilakukan Teknik Distraksi Melalui Mendengarkan Musik Klasik Mozart

Berdasarkan data yang diperoleh, rata-rata tekanan darah sistolik (TDS) pasien hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang sebelum dilakukan intervensi mendengarkan musik klasik Mozart adalah sebesar 152.96 mmHg, dengan standar deviasi sebesar 6.37 dan standar error sebesar 1.14. Angka ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien berada dalam kategori hipertensi derajat 2, yang memerlukan perhatian khusus.

Sementara itu, rata-rata tekanan darah diastolik (TDD) sebelum intervensi adalah 97.70 mmHg, dengan standar deviasi 6.57 dan standar error 1.18. Nilai tekanan darah diastolik ini juga berada di atas batas normal ( $\geq 90$  mmHg), menunjukkan bahwa pasien hipertensi mengalami peningkatan beban kerja pada pembuluh darah selama fase relaksasi jantung.

Kondisi tekanan darah yang tinggi sebelum intervensi menunjukkan bahwa pasien membutuhkan pendekatan manajemen yang komprehensif. Selain obat-obatan antihipertensi, teknik relaksasi seperti mendengarkan musik klasik dapat menjadi terapi tambahan untuk membantu menurunkan tekanan darah dengan cara mengurangi stres dan meningkatkan kenyamanan pasien.



3. Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang Setelah Dilakukan Teknik Distraksi Melalui Mendengarkan Musik Klasik Mozart

Setelah dilakukan teknik distraksi melalui mendengarkan musik klasik Mozart, hasil menunjukkan penurunan yang signifikan pada tekanan darah sistolik dan diastolik pasien hipertensi. Rata-rata tekanan darah sistolik setelah intervensi adalah 130.64 mmHg, dengan standar deviasi sebesar 7.39 dan standar error sebesar 1.32. Penurunan ini mencapai 22.32 mmHg, yang secara klinis menunjukkan efek positif dari intervensi musik klasik Mozart terhadap pengelolaan tekanan darah sistolik pasien hipertensi. Demikian pula, rata-rata tekanan darah diastolik setelah intervensi turun menjadi 90.22 mmHg, dengan standar deviasi sebesar 6.47 dan standar error sebesar 1.16. Penurunan tekanan darah diastolik sebesar 7.48 mmHg ini menunjukkan bahwa musik klasik Mozart memberikan efek relaksasi yang mampu mengurangi tekanan pembuluh darah selama fase relaksasi jantung.

4. Pengaruh Musik Klasik Mozart Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pasien sebelum mendengarkan musik klasik Mozart adalah 152,96 mmHg. Setelah intervensi, tekanan darah sistolik menurun secara signifikan menjadi 130,64 mmHg. Penurunan sebesar 22,32 mmHg ini menunjukkan efek yang cukup signifikan dari intervensi terhadap tekanan darah sistolik pasien. Demikian pula, tekanan darah diastolik mengalami penurunan yang signifikan, dari rata-rata 97,70 mmHg sebelum intervensi menjadi 90,22 mmHg setelah intervensi, dengan penurunan sebesar 7,48 mmHg. Hasil ini mendukung hipotesis alternatif (H1) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara teknik distraksi melalui mendengarkan musik klasik Mozart dengan penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi.

Secara teoritis, musik klasik memiliki ritme yang stabil dan harmonis yang dapat memengaruhi aktivitas sistem saraf otonom, terutama melalui penurunan aktivitas sistem saraf simpatis dan peningkatan aktivitas sistem saraf parasimpatis. Penurunan aktivitas sistem saraf simpatis mengurangi pelepasan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin, yang pada akhirnya membantu menurunkan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan teori bahwa musik klasik, khususnya Mozart, dapat memberikan efek relaksasi yang menurunkan tingkat stres emosional dan fisiologis, sehingga berkontribusi terhadap penurunan tekanan darah.

Penelitian ini juga mendukung temuan dari penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa musik klasik memiliki efek positif terhadap tekanan darah dan kecemasan. Sebagai contoh, Pratama, Ludiana, dan Dewi (2023)<sup>31</sup> menemukan bahwa terapi musik klasik dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Yosomulyo, meskipun penelitian ini tidak secara khusus menggunakan musik Mozart. Penelitian oleh Agustina dan Mulyeni (2024) juga menunjukkan bahwa musik klasik dapat membantu menurunkan tekanan darah pasien hipertensi di Klinik Ambalat SESKO TNI Bandung, tetapi lokasi penelitian dan populasi yang diteliti berbeda.

Penelitian lain, seperti yang dilakukan oleh Rachman dan Sartika (2023), mengungkapkan bahwa musik klasik Mozart memberikan respons psikologis positif pada manula dengan hipertensi, meskipun fokusnya lebih pada aspek psikologis daripada



pengukuran tekanan darah secara langsung. Demikian pula, penelitian oleh Ramadhan, Rizal, dan Tresya (2024) menunjukkan bahwa musik klasik "Morning Mood" efektif mengurangi tingkat stres pada penderita hipertensi, meskipun musik yang digunakan berbeda dengan musik Mozart dalam penelitian ini.

Dari perbandingan dengan penelitian sebelumnya, penelitian ini memiliki keunikan dalam mengukur pengaruh spesifik musik klasik Mozart terhadap tekanan darah pasien hipertensi di rumah sakit. Musik Mozart yang digunakan dalam penelitian ini diduga memiliki efek terapeutik yang lebih spesifik dibandingkan dengan musik klasik secara umum. Penelitian ini memberikan kontribusi yang berharga dalam mendukung penggunaan musik klasik Mozart sebagai intervensi non-farmakologis dalam pengelolaan hipertensi, terutama di lingkungan klinis.

Implikasi dari penelitian ini cukup luas, terutama dalam pengembangan intervensi non-farmakologis untuk pasien hipertensi. Musik klasik Mozart dapat digunakan sebagai terapi tambahan yang mudah diterapkan, tidak memiliki efek samping, dan dapat meningkatkan kenyamanan pasien selama perawatan. Intervensi ini juga dapat mengurangi kebutuhan akan obat-obatan antihipertensi dalam jangka panjang, yang berpotensi mengurangi risiko efek samping dari obat-obatan tersebut.

Dalam konteks klinis, hasil penelitian ini dapat mendorong penyedia layanan kesehatan untuk mengintegrasikan terapi musik klasik Mozart ke dalam program perawatan pasien hipertensi. Selain itu, teknik ini juga dapat diterapkan di rumah sebagai bagian dari gaya hidup sehat untuk membantu pasien mengelola tekanan darah mereka secara mandiri. Dengan biaya yang relatif rendah, musik klasik Mozart dapat menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi.

Namun, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini yang perlu diperhatikan. Penelitian ini dilakukan di satu lokasi dengan sampel yang relatif kecil, sehingga hasilnya mungkin tidak sepenuhnya dapat digeneralisasi untuk populasi yang lebih luas. Selain itu, penelitian ini tidak mengukur efek jangka panjang dari terapi musik klasik Mozart terhadap tekanan darah. Oleh karena itu, penelitian lanjutan diperlukan untuk mengeksplorasi dampak jangka panjang dari intervensi ini dan untuk menguji keefektifannya di berbagai setting klinis dan populasi.

Kesimpulannya, penelitian ini menunjukkan bahwa musik klasik Mozart memiliki efek yang signifikan dalam menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi di Ruang Cendana 1 RSUD Kota Tangerang. Hasil ini mendukung hipotesis bahwa terapi musik klasik Mozart dapat menjadi intervensi non-farmakologis yang efektif untuk mengelola hipertensi. Dengan mengintegrasikan terapi ini ke dalam program perawatan klinis, diharapkan dapat membantu pasien hipertensi mencapai kontrol tekanan darah yang lebih baik dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dan pembahasan, maka kesimpulan meliputi: Mayoritas pasien hipertensi di Ruang Cendana 1 adalah perempuan dengan usia rata-rata 55,19 tahun, mencerminkan dominasi



kelompok usia paruh baya hingga lansia. Karakteristik ini penting dalam menentukan pendekatan intervensi yang sesuai, mengingat kebutuhan spesifik berdasarkan jenis kelamin dan usia.

Tekanan darah sistolik dan diastolik pasien hipertensi sebelum intervensi berada dalam kategori hipertensi derajat 2, yang menunjukkan perlunya penanganan intensif. Data ini menekankan pentingnya pendekatan komplementer seperti teknik distraksi untuk membantu mengelola tekanan darah secara efektif. Intervensi dengan mendengarkan musik klasik Mozart menunjukkan penurunan signifikan pada tekanan darah sistolik (22,32 mmHg) dan diastolik (7,48 mmHg), mengindikasikan efektivitas musik klasik Mozart dalam menurunkan tekanan darah melalui efek relaksasi.

Musik klasik Mozart terbukti memberikan dampak signifikan dalam menurunkan tekanan darah melalui pengaruhnya pada sistem saraf otonom. Penelitian ini mendukung penggunaan musik klasik sebagai intervensi non-farmakologis yang efektif dan mudah diterapkan dalam pengelolaan hipertensi, baik di lingkungan klinis maupun di rumah.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan beberapa hal berikut: Rumah sakit dan pusat layanan kesehatan disarankan untuk mengintegrasikan terapi musik klasik Mozart sebagai bagian dari program perawatan pasien hipertensi. Intervensi ini dapat digunakan sebagai metode tambahan untuk mendukung penurunan tekanan darah secara non-farmakologis, terutama pada pasien yang menunjukkan tingkat stres tinggi.

Pasien hipertensi perlu diberikan edukasi tentang manfaat terapi musik klasik, termasuk bagaimana dan kapan mendengarkan musik tersebut untuk mendapatkan efek relaksasi optimal. Penyedia layanan kesehatan dapat memberikan panduan sederhana yang dapat diikuti pasien di rumah sebagai bagian dari gaya hidup sehat. Penelitian lanjutan dengan populasi yang lebih luas dan dalam berbagai setting klinis perlu dilakukan untuk menguji efektivitas terapi musik klasik Mozart pada populasi yang lebih beragam. Selain itu, dapat dilakukan eksplorasi terhadap musik klasik lainnya atau genre musik yang berbeda untuk mengetahui pengaruhnya pada tekanan darah.

Terapi musik klasik Mozart dapat dikombinasikan dengan program manajemen hipertensi lainnya, seperti konseling gaya hidup, olahraga ringan, dan diet seimbang. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan efektivitas penanganan hipertensi secara keseluruhan, sehingga membantu pasien mencapai kontrol tekanan darah yang lebih baik.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Abraham, I., & Supriyati, Y. *Desain kuasi eksperimen dalam pendidikan: Literatur review*. Jurnal Ilmiah Mandala Education. 2023: 8(3).
- Addiniah, A. A. *Penerapan teknik distraksi mendengarkan musik klasik terhadap nyeri luka post operasi Pncl pada pasien Tn. L dengan batu ginjal di ruang Paviliun Eri Soedewolantai V Rspadgatot Soebroto*; 2023.
- Alamsyah, A., Ikhtiaruddin, I., Priwahyuni, Y., & Christine, V. G. B. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Hipertensi Serta Pengukuran Tekanan Darah Untuk Deteksi Dini Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)*, 1(1), 10–19.



- Amelia, S., Kartika, I. R., & Apriliani, Y. *Efektifitas terapi musik klasik dan murotal Al-Quran terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi*. *Media Karya Kesehatan*. 2022: 5(1), 68–78.
- Ananda, M. P., & Drew, C. *Diagnosis komunitas upaya penurunan kasus hipertensi pada masyarakat Desa Kresek, Kabupaten Tangerang*. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2024: 8(1), 461–465.
- Andrian, A., Siregar, S. P., & Tanjung, R. *Terapi bekam dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi: Literatur Review*. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2023: 4(2), 4037–4046.
- Anindya, Z. *Penerapan teknik relaksasi nafas dalam pada pasien lansia dengan hipertensi yang mengalami masalah keperawatan nyeri akut di Puskesmas Kotabumi I*; 2024.
- Arifin, Z. *Pengaruh pemberian hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi*. *Media Nusa Creative (MNC Publishing)*; 2022.
- Arisandi, R., & Hartiti, T. *Studi kasus penerapan terapi relaksasi musik klasik terhadap tekanan darah penderita hipertensi*. *Ners Muda*. 2022: 3(3), 235.
- Arisandi, W., Hermawan, N. S. A., Nurdiansyah, T. E., & Rahman, A. *Upaya pengendalian hipertensi melalui pendidikan dan pemeriksaan kesehatan warga masyarakat Metro Utara Kota Metro*. *ANDASIH Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2020: 1(2).
- Ariyani, F. D. *Implementasi terapi musik klasik, kompres hangat, dan aromaterapi lemon kepada pasien post sectio caesaria*. *Jurnal Kebidanan*. 2023: 113–121.
- Aulia, M., & Achirman, A. *Pengaruh pemberian jus buah Naga Merah (*Hylocerres Polyrhizus*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah RW. 005 Kelurahan Paninggalan Kota Tangerang*. *Journal of Nursing and Health Science*. 2021: 1(1), 27–31.
- Aulia, P. T., Wijayanti, D., & Acang, N. *Scoping review: Efek musik sebagai terapi tambahan terhadap pengendalian tekanan darah pada penderita hipertensi*. *Jurnal Integrasi Kesehatan dan Sains*. 2021: 3(1), 93–99.
- Berot, F. H. *Faktor resiko hipertensi pada usia produktif*. In *Bookchapter Keperawatan Medikal Bedah*; 2024.
- Darwipat, D., & Syam, A. *Pengaruh program flash sale terhadap perilaku impulsive buying konsumen marketplace*. *Journal of Economic Education and Entrepreneurship Studies*. 2020: 1(2), 58–64.
- Djimbula, N., Kristiarini, J. J., & Ananti, Y. *Efektivitas senam dismenore dan musik klasik terhadap penurunan dismenore pada remaja*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2022: 11(1), 288–296.
- Grimonia, E. *Dunia musik: Sains-musik untuk kebaikan hidup*. Nuansa Cendekia; 2023.
- Intan, L. *Pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan anak usia sekolah (7-12 tahun) yang menjalani operasi pada RS Bhayangkara TK. I Pusdokes Polri*. Universitas Mohammad Husni Thamrin; 2024.
- Ivanali, K. (2019). *Modul fisiologi jantung*. Universitas Esa Unggul; 2019.
- Iye, R., Tenriawali, A. Y., Susiati, A., & Buton, D. *Makna dan Fungsi Emosi Mahasiswa Kota Baubau dalam Ranah Demonstrasi: The Meaning And Emotional Function Of Students Of Baubau City In The Demonstration Plan*. *Uniqbu Journal of Social Sciences*. 2020: 1(1), 25–37.



- Kartika, N. N., Nurcahyo, H., & Purgiyanti, P. *Analisis penggunaan obat antihipertensi pada pasien rawat jalan di Puskesmas Tarub Kabupaten Tegal*; 2021.
- Livarius, G., & Berek Aran, M. L. *Asuhan keperawatan gerontik pada lansia hipertensi dengan teknik distraksi musik Instrumental Klasik pada masalah keperawatan nyeri akut di seksi kesejahteraan lanjut usia Padu Wau Maumere*; 2023.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. *Hipertensi; Artikel review. Pengembangan ilmu dan praktik kesehatan*. 2023: 2(2), 100–117.
- Morar Ester Talutu, M. *Pengaruh terapi musik klasik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang Icu Rsud Dr. Gondo Suwarno Ungaran*. Universitas Kusuma Husada Surakarta; 2024.
- Muflihatin, S. K., Dirdjo, M. M., & Septiawan, T. *Studi kasus terapi musik klasik dan aromaterapi mawar terhadap penurunan tekanan darah pada pasien stroke non hemoragik di RSUD Aji Muhammad Parikesit*. *Alauddin Scientific Journal Of Nursing*. 2023: 4(1), 44–54.
- Nurrazin, F. (2022). *Gambaran penerapan senam hipertensi pada penyandang hipertensi di Desa Triwidadi, Pajangan, Bantul*; 2022.
- Nuryati, S. *Pengaruh intervensi musik terhadap kecemasan pada pasien pre operasi sectio caesaria di ruang instalasi bedah sentral RSUD Sultan Imanuddin tahun 2020*; 2020.
- Pasba, W. T., Utario, Y., Misniarti, M., & Oktavivianti, L. *Asuhan keperawatan pada An. A Abdominal Pain dengan implementasi teknik distraksi pada pasien nyeri di RSUD Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2023*; 2023.
- Prasetyo, M. D., & Burhanto, B. *Pengaruh intervensi terapi musik klasik terhadap kestabilan tekanan darah pada penderita hipertensi Di Desa Sidomulyo Kecamatan Tabang Kabupaten Kutai Kartanegara*. *Borneo Studies and Research*. 2021: 3(1), 517–525.
- Pradana, A., & Riyana, A. *Penerapan terapi musik klasik terhadap penurunan tanda dan gejala pada pasien dengan gangguan persepsi sensori: halusinasi pendengaran di Puskesmas Cikoneng*. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*. 2022: 2(2), 137–147.
- Pratama, F. D., Ludiana, L., & Dewi, T. K. *Penerapan terapi musik klasik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Yosomulyo*. *Jurnal Cendikia Muda*. 2023: 3(3), 314–322.
- Putri, N. R. *Complementary therapy to the mental health of postpartum mothers*. *Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research*. 2023: 5(1), 1–7.
- Rina, D., Fitria, N., & Hendrawati, H. (2021). *Literature review hubungan antara tipe kepribadian dengan kejadian hipertensi*. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*. 2021: 7(1), 15–19.
- Safitri, Y., Juwita, D. S., & Apriyandi, F. *Pengaruh terapi musik islami terhadap kecemasan pada lansia yang mengalami hipertensi di desa Batu Belah wilayah kerja Puskesmas Air Tiris Kecamatan Kampar Tahun 2022*. *Jurnal Ners*. 2022: 6(2), 138–143.
- Saras, T. *Terapi musik: Harmoni jiwa dan tubuh melalui getaran bunyi*. Tiram Media; 2023.
- Siauta, M., Goha, M. M., & Tamin, S. *Efektivitas kombinasi terapi relaksasi autogenik dengan musik klasik terhadap penurunan tekanan darah*. *Jurnal Keperawatan*. 2023: 15(1), 293–302.
- Sirait, H. S., Dani, A. H., & Maryani, D. R. *Hubungan pengetahuan tentang COVID-19 terhadap tingkat kecemasan pada lansia yang mengalami hipertensi*. *Jurnal Kesehatan*. 2020: 11(2), 165–169.



- Suwati, E., Herawati, V. D., & Putra, F. A. *Pengaruh terapi murottal terhadap tingkat nyeri pasien jantung koroner di Rumah Sakit Umum Islam Kustanti Surakarta*; 2022.
- Yulidasari, F., Aziz, A. N., & Nisa, A. *Pemeriksaan keliling anti hipertensi (pake api): Upaya pencegahan penyakit hipertensi*. Uwais Inspirasi Indonesia; 2024.
- Yuniati, N. I. *Profil pasien hipertensi di Puskesmas Purwokerto Utara*. *Jurnal Bina Cipta Husada: Jurnal Kesehatan Dan Science*. 2022: 18(1), 140–150.
- Yunita Qotrunada, Z. A., Sudyasih, T., & Isnaeni, Y. *Pengaruh relaksasi progresif terhadap penurunan tekanan darah hipertensi pada lansia di Indonesia: Literature Review*; 2021.
- Yunus, M., Aditya, I. W. C., & Eksa, D. R. *Hubungan usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak tuha Kab. Lampung Tengah*. *Jurnal Ilmu kedokteran dan kesehatan*. 2021: 8(3), 229–239.