



## Respon Psikologis Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi

**Sylvia Meristika R, Sartika**

Politeknik Kesehatan Bhakti Pertiwi Husada

Email: [merisrahman25@gmail.com](mailto:merisrahman25@gmail.com),

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Meningkatnya usia harapan hidup dari tahun ke tahun menimbulkan semakin banyak jumlah lanjut usia tahun, sedangkan kondisi lanjut usia perlu penanganan khusus. Proses penanganan pada lanjut usia harus bersifat holistik baik penanganan pada kondisi fisik, psikologis, serta sosial. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui respon psikologis Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah seluruh manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati sebanyak 37 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, lembar observasi dan SOP. Analisis datanya menggunakan uji *chi square*. **Hasil penelitian:** lebih dari setengah (59,5%) manula dengan hipertensi mendapatkan terapi musik sesuai SOP. Sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan depresi mengalami depresi ringan, sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan cemas mengalami cemas sedang dan sebagian besar (37,8%) psikologis manula berdasarkan stress mengalami ringan dan normal. Terdapat respon psikologis yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati berdasarkan depresi ( $\rho$  value = 0,020), kecemasan ( $\rho$  value = 0,004), dan stress ( $\rho$  value = 0,003). **Kesimpulan:** Penggunaan Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi dapat meningkatkan respon psikologis berdasarkan tingkat depresi, cemas dan stress.

**Kata Kunci :** Respon Psikologis. Terapi Musik, Manula, Hipertensi

### ABSTRACT

**Introduction:** The increase in life expectancy from year to year causes a large number of elderly people, the condition of the elderly needs special treatment. The treatment process for the elderly must be holistic in terms of physical, psychological, and social conditions. **Research Objectives:** This study aims to determine the psychological response to music therapy in the elderly with hypertension. **Research Methods:** This type of research is a quantitative research with a cross sectional approach. The sample of this study was all seniors with hypertension at PMB Nuraeni Purnawati as many as 37 people. Collecting data using questionnaires, observation sheets and SOPs. Analysis of the data using the chi square test. **The results of the study:** more than half (59.5%) of seniors with hypertension received music therapy according to the SOP. Most (48.6%) psychologically based on mild stress, some (48.6%) psychologically based on moderate anxiety and most (37.8%) psychologically based on mild and normal stress. There is a positive psychological response from music therapy in elderly with hypertension at PMB Nuraeni Purnawati based on depression (value = 0.020), anxiety (value = 0.004), and stress (value = 0.003). **Conclusion:** The use of music therapy in the elderly with hypertension can increase the psychological response based on the level of depression, anxiety and stress.

**Keywords:** *Psychological Response. Music Therapy, Elderly, Hypertension*

## A. Latar Belakang

Meningkatnya usia harapan hidup dari tahun ke tahun menimbulkan semakin banyak jumlah lanjut usia tahun, sedangkan kondisi lanjut usia perlu penanganan khusus agar dapat tertangani dengan tepat dalam proses adaptasi terhadap kondisi dari diri yang terus mengalami penurunan dan mulai melemah. Proses penanganan pada lanjut usia harus bersifat holistik baik penanganan pada kondisi fisik, psikologis, serta sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa lanjut usia atau manula memerlukan penanganan khusus agar dapat mempertahankan kesehatannya dan meningkatkan kemandirian (WHO, 2021).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang dihadapi oleh hampir seluruh negara di dunia ini. Hipertensi ditandai dengan adanya peningkatan abnormal tekanan darah dalam pembuluh arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode. Menurut *World Health Organization* (WHO), seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik sama dengan atau di atas 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik sama dengan atau di atas 90 mmHg (WHO, 2021).

Risiko hipertensi meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang. WHO pada tahun 2020 melaporkan bahwa sekitar 1,56 miliar penduduk di dunia mengalami hipertensi. Hipertensi membunuh hampir 8 miliyar orang setiap tahun di dunia dan hampir 1,5 juta orang setiap tahunnya di kawasan Asia Timur-Selatan. Prevalensi hipertensi di beberapa negara berbeda, di negara Amerika Serikat prevalensi hipertensi sebesar 20,5%, di negara Eropa berkisar antara 10-15%, di Asia Timur sebesar 23,5% dan Asia Tenggara sebesar 21,5% (WHO, 2021).

Jumlah kasus hipertensi di Indonesia pada tahun 2020 sebanyak 63.309.620 kasus, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebanyak 427.218 kematian (0,7%). Hipertensi di Indonesia terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu Provinsi Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Sedangkan prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat tahun 2019 sebesar 34,1% dan tahun 2020 sebesar 35,7%. Sebagian besar kasus hipertensi di Provinsi Jawa Barat berujung pada penyakit jantung sebesar 40-60% dan stroke sebesar 15-30% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2021).

Berdasarkan data Provinsi Jawa Barat tahun 2020, jumlah kasus hipertensi tertinggi terdapat di Kota Cirebon yaitu sebanyak 31.098 kasus penemuan dan paling rendah terdapat di Kabupaten Pangandaran sebanyak 6.789 kasus penemuan hipertensi (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2021). Jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Cirebon pada tahun 2019 sebanyak 15.092 orang (9,2%) dari jumlah 162.881 orang, sebanyak tahun 2020 sebanyak 18.469 orang (11,0%) dari jumlah 168.577 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon, 2021).

Disamping adanya masalah hipertensi yang dialami manula, namun usia yang semakin bertambah banyak akan menimbulkan permasalahan sendiri jika tidak diikuti dengan penanganan yang tepat yaitu masalah psikologisnya. Dimensi psikologis ada tiga yaitu depresi, stress dan cemas (Potter & Perry, 2017)..

Upaya penanganan respon psikologis pada manula dengan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu penanganan secara farmakologis dan non farmakologis. Penanganan secara farmakologis yaitu dengan cara pemberian obat-obatan (farmakologis) meliputi pemberian *diuretik*, penghambat simpatetik, betabloker, vasodilator dan penghambat enzim konversi angiotensin. Sedangkan penanganan secara non farmakologis seperti pengontrolan berat badan, diet rendah garam, diet rendah lemak, olahraga, berhenti merokok, manajemen stres, seknik relaksasi dan terapi komplementer (Potter & Perry, 2017).

Terapi musik dapat mempengaruhi perubahan tekanan darah hal ini karena musik dapat menciptakan suasana kenyamanan atau ketenangan bagi klien yang mengikuti terapi. Melalui musik, psikologis seseorang akan mengalami perubahan menjadi lebih santai dan relaks. Kondisi ini dapat membantu penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi (Kurniadi, 2018).

Musik merupakan salah satu elemen yang tidak bisa dilepaskan dalam keseharian. Rangkaian nada alunan musik mampu meningkatkan mood dan memengaruhi kondisi psikologis seseorang. Musik juga bisa sebagai sarana relaksasi maupun terapi, membantu memperbaiki kondisi kecemasan, pasien diharapkan mau berobat. Kemauan melawan penyakit akan memperbaiki kualitas hidup pasien, yang menentukan kesembuhannya (Rufaida, 2018).

Hasil penelitian (Nuridah & Yodang, 2021) menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi musik secara signifikan pada kelompok intervensi mengalami penurunan psikologis sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan kelompok kontrol ( $p > 0,05$ ). Juga hasil penelitian (Fatonah, 2019) mengenai terdapat pengaruh terapi musik terhadap cemas dan stress pada pasien hipertensi dengan  $p = 0,007$ .

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis di PMB Nuraeni Purnawati. terhadap 10 manula yang hipertensi, sebanyak 7 dari 10 manula yang mengalami hipertensi

mengatakan sering mengalami perasaan khawatir dan takut setiap harinya dan juga mengatakan belum pernah melakukan terapi musik secara teratur. Sedangkan 3 orang lainnya mengatakan kondisinya lumayan tenang dan nyaman setelah mendengarkan musik terapi secara teratur.

Berdasarkan hal tersebut penulis memandang penting untuk melakukan penelitian lebih dalam mengenai **"Respon Psikologis Terapi Musik Klasik Mozart Pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati, SST., MMKes. di Arjawinangun Kabupaten Cirebon."**

## B. Metode Penelitian

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dari penelitian ini adalah seluruh manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati sebanyak 37 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, lembar observasi dan SOP. Analisis datanya menggunakan uji *chi square*.

## C. Hasil Penelitian

### 1. Analisis Univariat

a. Gambaran Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi

Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi	Frekuensi (F)	Per센 (%)
Ya	22	59.5
Tidak	15	40.5
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 4.1, menunjukkan bahwa manula dengan hipertensi yang mendapatkan

terapi musik sesuai SOP sebanyak 22 orang (59,5%) dan yang tidak sesuai SOP sebanyak

15 orang (40,5%). Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah (59,5%) manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati mendapatkan terapi musik sesuai SOP.

b. Gambaran Respon Psikologis pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati

1) Respon Psikologis Berdasarkan Depresi

Tabel 2

#### Distribusi Frekuensi Respon Psikologis Berdasarkan Depresi pada Manula dengan Hipertensi

Respon Psikologis Berdasarkan Depresi pada Manula dengan Hipertensi	Frekuensi (F)	Persen (%)
Normal	4	10.8
Ringan	18	48.6
Sedang	13	35.1
Berat	2	5.4
Sangat Berat	0	0
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 4.2, menunjukkan bahwa manula dengan hipertensi berdasarkan respon psikologis (depresi) yang normal sebanyak 4 orang (10,8%), yang ringan sebanyak 18 orang (48,6%), yang sedang sebanyak 13 orang (35,1%) dan yang berat sebanyak 2 orang

(5,4%). Hal ini berarti sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan depresi mengalami depresi ringan.

2) Respon Psikologis Berdasarkan Kecemasan

Tabel 3

#### Distribusi Frekuensi Respon Psikologis Berdasarkan Kecemasan pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati

Respon Psikologis Berdasarkan Kecemasan pada Manula dengan Hipertensi	Frekuensi (F)	Persen (%)
Normal	8	21.6
Ringan	6	16.2
Sedang	13	35.1
Berat	10	27.0
Sangat Berat	0	0
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan Tabel 4.3, menunjukkan bahwa manula dengan hipertensi berdasarkan respon psikologis (cemas) yang normal sebanyak 8

orang (21,6%), yang ringan sebanyak 6 orang (16,2%), yang mengalami cemas sedang sebanyak 13 orang (35,1%) dan yang

mengalami cemas berat sebanyak 10 orang (27,0%). Hal ini berarti sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan cemas mengalami cemas sedang.

3) Respon Psikologis Berdasarkan Stress

Tabel 4

**Distribusi Frekuensi Respon Psikologis Berdasarkan Stress pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati**

Respon Psikologis Berdasarkan Stress pada Manula dengan Hipertensi	Frekuensi (F)	Persen (%)
Normal	14	37,8
Ringan	14	37,8
Sedang	7	18,9
Berat	2	5,4
Sangat Berat	0	0
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan Tabel 4.4, menunjukkan bahwa manula dengan hipertensi berdasarkan respon psikologis (stress) yang normal sebanyak 14 orang (37,8%), yang ringan sebanyak 14 orang (37,8%), yang sedang sebanyak 7 orang (18,9%) dan yang berat sebanyak 2 orang (5,4%). Hal ini berarti sebagian besar (37,8%) psikologis manula berdasarkan stress mengalami ringan dan normal.

berikut:

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat menggunakan uji *chi square*, namun karena pada uji silang menggunakan tabel 2 x 4, terdapat sel yang kosong dan nilai *expected count* > 5%, maka untuk memenuhi uji *chi square* dilakukan *collapse* atau penggabungan kategori yaitu normal-ringan dan sedang-berat, sehingga hasil uji dapat dilihat pada tabel

Tabel 5

**Respon Psikologis (Depresi) Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati**

Terapi Musik	Respon Psikologis (Depresi) pada Manula dengan Hipertensi				Total	$\rho$ value		
	Normal-Ringan		Sedang-Berat					
	n	%	n	%				
Ya	17	77,3	5	22,7	22	100		
Tidak	5	33,3	10	66,7	15	100		
<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>59,5</b>	<b>15</b>	<b>40,5</b>	<b>37</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 5, menunjukkan bahwa proporsi manula dengan hipertensi yang mendapatkan terapi musik dan mengalami depresi normal-ringan sebesar 77,3%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi manula dengan hipertensi yang tidak mendapatkan terapi musik dan mengalami depresi normal-ringan sebesar 33,3%. Hasil uji statistik dengan uji *chi square* pada  $\alpha = 0,05$  diperoleh

$\chi^2$  value = 0,020, sehingga  $\chi^2$  value <  $\alpha$  (0,05) sehingga hipotesis nol ditolak yang artinya bahwa terdapat respon psikologis (depresi) yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati.

**Tabel 6**

**Respon Psikologis (Kecemasan) Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati**

Terapi Musik	Respon Psikologis (Kecemasan) pada Manula dengan Hipertensi				Total	$\rho$ value		
	Normal-Ringan		Sedang-Berat					
	n	%	n	%				
Ya	13	59,1	9	40,9	22	100		
Tidak	1	6,7	14	93,3	15	100		
<b>Jumlah</b>	<b>14</b>	<b>37,8</b>	<b>23</b>	<b>62,2</b>	<b>37</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 4.6, menunjukkan bahwa proporsi manula dengan hipertensi yang mendapatkan terapi musik dan mengalami cemas normal-ringan sebesar 59,1%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi manula dengan hipertensi yang tidak mendapatkan terapi musik dan mengalami cemas normal-ringan sebesar 6,7%. Hasil uji statistik dengan

uji *chi square* pada  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $\chi^2$  value = 0,004, sehingga  $\chi^2$  value <  $\alpha$  (0,05) sehingga hipotesis nol ditolak yang artinya bahwa terdapat respon psikologis (cemas) yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati.

**Tabel 7**

**Respon Psikologis (Stress) Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati**

Terapi Musik	Respon Psikologis (Stress) pada Manula dengan Hipertensi				Total	$\rho$ value		
	Normal-Ringan		Sedang-Berat					
	n	%	n	%				
Ya	21	95,5	1	4,5	22	100		
Tidak	7	46,7	8	53,3	15	100		
<b>Jumlah</b>	<b>28</b>	<b>75,7</b>	<b>9</b>	<b>24,3</b>	<b>37</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan tabel 7, menunjukkan bahwa proporsi manula dengan hipertensi yang mendapatkan terapi musik dan mengalami stress normal-ringan sebesar 95,5%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi manula dengan hipertensi yang tidak mendapatkan terapi musik dan mengalami stress normal-ringan sebesar 46,7%. Hasil uji statistik dengan uji *chi square* pada  $\alpha = 0,05$  diperoleh  $\chi^2 value = 0,003$ , sehingga  $\chi^2 value < \alpha (0,05)$  sehingga hipotesis nol ditolak yang artinya bahwa terdapat respon psikologis (stress) yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati.

#### D. Pembahasan

##### 1. Gambaran Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah (59,5%) manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati mendapatkan terapi musik sesuai SOP. Terdapatnya manula dengan hipertensi yang tidak mendapatkan atau melakukan terapi musik sesuai SOP, hal ini dikarenakan manula sakit sehingga tidak dapat mengikuti terapi dengan baik, kelelahan dan juga karena ada aktifitas lain yang biasanya dilakukan secara rutin, seperti berkebun atau berdagang.

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuridah & Yodang, 2021) menunjukkan bahwa responden yang tidak mengikuti terapi musik sebesar 60,5%. Juga penelitian yang dilakukan oleh (Fatonah, 2019) menunjukkan bahwa responden yang tidak melakukan terapi musik sebesar 61,5%.

Musik dapat diartikan sebagai nada atau suara yang disusun sedemikian rupa sehingga mengandung irama, lagu, dan keharmonisan, terutama yang menggunakan alat-alat yang dapat menghasilkan bunyi-bunyi tersebut (Nuryaningsih & Fatimah, 2017).

Pengertian musik sering kali dibedakan dengan pengertian lagu. Lagu merupakan ragam suara yang berirama (dalam bercakap-cakap, bernyanyi, membaca dan lain-lain), atau nyanyian. Dari pengertian tersebut dapat

disimpulkan bahwa musik dan lagu merupakan dua hal yang berkaitan erat satu sama lain. Pengertian musik lebih luas daripada pengertian lagu. Ada yang berpendapat bahwa lagu merupakan bagian dari suatu karya musik, yaitu karya musik sendiri meliputi karya musik yang menggunakan lirik maupun karya musik tanpa lirik (instrumentalia) (Varney, 2017).

##### 2. Gambaran Respon Psikologis pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati a. Depresi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan depresi mengalami depresi ringan. Terdapatnya manula yang mengalami depresi dikarenakan beban yang dialaminya cukup banyak, banyaknya aktifitas atau pekerjaan yang harus diselesaikan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mardiah, 2018) di Rumah Sehat Ibnu Sina Palembang menunjukkan bahwa responden yang depresi ringan sebesar 47,5%. Penelitian yang dilakukan oleh (Sardaniah et al., 2020) di Pondok Pengobatan Alternatif Miftahusyifa Kota Bengkulu menunjukkan bahwa responden yang depresi ringan sebesar 43,5%. Depresi adalah suatu penyakit jiwa dengan gejala utama sedih, yang disertai gejala-gejala psikologik lainnya, gangguan somatic maupun gangguan psikomotor dalam kurun waktu tertentu dan digolongkan kedalam gangguan afektif. Depresi dalam penggunaan istilah sehari-hari biasanya dikaitkan dengan perasaan sedih, murung, putus asa, merana dan tidak bahagia. Depresi dapat juga berupa sekumpulan gejala atau sindroma (disertai perubahan kognitif, psikomotor dan vegetatif) atau merupakan kesatuan penyakit (dengan gambaran klinis yang khas, dasar riwayatnya dan hubungan dengan keadaan biologisnya) (Hawari, 2017).

Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah masyarakat. Berawal dari stres yang tidak diatasi, maka seseorang dapat jatuh ke fase depresi. Orang yang mengalami depresi umumnya mengalami gangguan yang meliputi keadaan emosi, motivasi, fungsional, dan gerakan tingkah laku serta kognisi. Depresi adalah suatu gangguan

perasaan hati (afek) yang ditandai dengan afek distorik atau kehilangan minat atau kegembiraan dalam aktivitas sehari-hari disertai dengan temuan temuan lain seperti gangguan tidur dan perubahan selera makan (Enny, 2017).

#### b. Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan cemas mengalami cemas sedang. Responden yang mengalami cemas dikarenakan stressor yang menyebabkan manula menjadi khawatir dan takut sehingga menimbulkan kecemasan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuridah & Yodang, 2021) menunjukkan bahwa responden yang cemas sedang sebesar 40,5%. Juga penelitian yang dilakukan oleh (Sardaniah et al., 2020) di Pondok Pengobatan Alternatif Miftahusyifa Kota Bengkulu menunjukkan bahwa yang cemas sedang sebesar 39,5%.

Menurut kamus Kedokteran Dorland, kata kecemasan atau disebut dengan anxiety adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon-respon psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan, tampaknya disebabkan oleh konflik intrapsikis yang tidak disadari secara langsung (Tuti, 2019).

Ansietas adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman. Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (Hawari, 2017).

#### c. Stress

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (37,8%) psikologis manula berdasarkan stress mengalami ringan dan normal. Responden yang stres dikarenakan kurangnya istirahat atau refresing sehingga manula mudah mengalami stress.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mardiah, 2018) di

Rumah Sehat Ibnu Sina Palembang menunjukkan bahwa responden yang stress ringan sebesar 35,5%. Juga penelitian yang dilakukan oleh (Susanah et al., 2017) di Poliklinik Trio Husada Malang menunjukkan bahwa responden yang stress ringan sebesar 38,6%.

Stres merupakan pemikiran yang negatif dan perasaan takut dan hal tersebut akar penyebab terjadinya reaksi stres (Varney, 2017). Stres adalah tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya objek dalam lingkungan atau sesuatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya.

Stres juga bias diartikan sebagai tekanan, ketegangan, gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Yulizawati et al, 2017). Stres adalah kondisi organik seseorang pada saat ia menyadari bahwa keberadaan atau integritas diri dalam keadaan bahaya, dan ia harus meningkatkan seluruh energy untuk melindungi diri (Potter & Perry, 2017).

Stres sebagai reaksi-reaksi fisiologik dan psikologik yang terjadi jika orang mempersepsi suatu ketidakseimbangan antara tingkat tuntutan yang dibebankan kepadanya dan kemampuannya untuk memenuhi tuntutan itu. Stres merupakan suatu reaksi adaptif, bersifat sanggup individual, sehingga suatu stres bagi seseorang belum tentu sama tanggapannya bagi orang lain (Hawari, 2017).

### 3. Analisis Bivariat

#### a. Respon Psikologis (Depresi) Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat respon psikologis (depresi) yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati ( $\chi^2$  value = 0,020). Hal ini terbukti dari analisis bivariat menunjukkan proporsi manula dengan hipertensi yang mendapatkan terapi musik dan mengalami depresi normal-ringan sebesar 77,3%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi manula dengan hipertensi yang tidak mendapatkan terapi musik dan mengalami depresi normal-ringan sebesar 33,3%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuridah & Yodang, 2021) menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi musik, beban psikologis mengalami penurunan secara signifikan pada kelompok intervensi sebesar  $0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan kelompok kontrol ( $p > 0,05$ ). Juga penelitian yang dilakukan oleh (Sardaniah et al., 2020) di Pondok Pengobatan Alternatif Miftahusyifa Kota Bengkulu menunjukkan bahwa ditemukan adanya hubungan terapi musik terhadap depresi pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian sejalan dengan teori bahwa depresi dapat berkurang jika dilakukan terapi musik. Terapi musik dapat memberikan rasa tenang dan nyaman. Sehingga klien yang mendengarkan musik akan mengalami rasa yang lebih tenram dan depresi berkurang (Hawari, 2017). Juga dengan pendapat bahwa depresi dapat berkurang dengan terapi musik yang akan memberikan rasa nyaman dan tenang. Klien yang mendapatkan terapi musik akan lebih relaks (Tuti, 2019).

b. Respon Psikologis (Kecemasan)  
Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat respon psikologis (cemas) yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati ( $p value = 0,004$ ). Hal ini terbukti dari analisis bivariat menunjukkan proporsi manula dengan hipertensi yang mendapatkan terapi musik dan mengalami cemas normal-ringan sebesar 59,1%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi manula dengan hipertensi yang tidak mendapatkan terapi musik dan mengalami cemas normal-ringan sebesar 6,7%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fatonah, 2019) menunjukkan bahwa terapi musik berpengaruh terhadap cemas dengan  $p = 0,007$ . Penelitian yang dilakukan oleh (Sardaniah et al., 2020) di Pondok Pengobatan Alternatif Miftahusyifa Kota Bengkulu menunjukkan bahwa ditemukan adanya hubungan terapi musik terhadap kecemasan pada penderita hipertensi.

Terapi musik merupakan salah satu teknik distraksi yang dapat digunakan, karena musik dapat menurunkan nyeri fisiologis, stress, dan kecemasan dengan mengalihkan perhatian seseorang dari nyeri,. Terapi musik dapat menekan sistem saraf simpatik yang terlibat dengan penurunan respon stres tubuh (Yulizawati et al, 2017).

Kecemasan merupakan reaksi emosional individu terhadap kejadian atau situasi yang tidak pasti, karena adanya perasaan terancam. Dalam olahraga prestasi, kecemasan akan selalu menghinggapi atlet terutama pada saat menjelang pertandingan. Menurut Komarudin (2018), kecemasan adalah suatu perasaan tidak mampu menghadapi suatu bahaya yang mengancam, akan muncul ketika seseorang tidak memiliki respons yang sesuai untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya

c. Respon Psikologis (Stress) Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan Hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat respon psikologis (stress) yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati ( $p value = 0,003$ ). Hal ini terbukti dari analisis bivariat menunjukkan bahwa proporsi manula dengan hipertensi yang mendapatkan terapi musik dan mengalami stress normal-ringan sebesar 95,5%, lebih tinggi dibanding dengan proporsi manula dengan hipertensi yang tidak mendapatkan terapi musik dan mengalami stress normal-ringan sebesar 46,7%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nuridah & Yodang, 2021) menunjukkan bahwa setelah dilakukan terapi musik, beban psikologis mengalami penurunan secara signifikan pada kelompok intervensi sebesar  $0,000$  ( $p < 0,05$ ) dan kelompok kontrol ( $p > 0,05$ ). Penelitian yang dilakukan oleh (Fatonah, 2019) menunjukkan bahwa terapi musik berpengaruh terhadap stres pada pasien hipertensi dengan  $p = 0,007$ .

Metode musik merupakan salah satu cara untuk membantu mengatasi stres. Secara keseluruhan musik dapat berpengaruh secara fisik maupun psikologis. Secara psikologis,

musik dapat membuat seseorang menjadi rileks, mengurangi stres, menimbulkan rasa aman dan sejahtera, melepaskan rasa gembira dan sedih dan membantu serta melepaskan rasa sakit. Musik adalah kesatuan dari kumpulan suara melodi, ritme dan harmoni yang dapat membangkitkan emosi. Terapi adalah serangkaian upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang lain. Terapi musik adalah sebuah terapi kesehatan yang menggunakan musik untuk meningkatkan dan memperbaiki kondisi fisik, kognitif dan sosial bagi individu dalam berbagai usia (Djohan, dalam (Nuridah & Yodang, 2021).

Hasil dari penelitian ini tidak terlepas dari konsep bahwa musik bersifat terapeutik yang artinya menyembuhkan. Salah satu alasan karena musik menghasilkan rangsangan yang kemudian ditangkap oleh telinga melalui organ pendengaran dapat diolah dalam sistem saraf tubuh dan kelenjar otak selanjutnya menginterpretasikan bunyi ke dalam sistem pendengaran. Hal ini dapat mempengaruhi metabolisme tubuh manusia, dengan metabolisme yang baik dapat membantu membangun sistem kekebalan yang lebih baik.

### **E. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah (59,5%) manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati mendapatkan terapi musik sesuai SOP.
2. Sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan depresi mengalami depresi ringan, sebagian besar (48,6%) psikologis manula berdasarkan cemas mengalami cemas sedang dan sebagian besar (37,8%) psikologis manula berdasarkan stress mengalami ringan dan normal.
3. Terdapat respon psikologis yang positif dari Terapi Musik Klasik Mozart pada Manula dengan hipertensi di PMB Nuraeni Purnawati berdasarkan depresi ( $\rho$  value = 0,020), kecemasan ( $\rho$  value = 0,004), dan stress ( $\rho$  value = 0,003).

### **F. Saran**

1. Bagi PMB Nuraeni Purnawati

Perlunya pihak PMB Nuraeni Purnawati menerapkan terapi musik sebagai salah satu alternatif untuk mengatasi psikologis pada manula dengan hipertensi.

### **2. Bagi Manula**

Perlunya menambah wawasan kepada manula dalam mengendalikan atau mengontrol tekanan darah melalui cara alternatif yaitu dengan terapi musik.

### **3. Bagi Peneliti**

Penelitian ini dapat dikembangkan dengan variabel dan desain penelitian yang berbeda.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka. (2021). *Data Hipertensi di Kabupaten Majalengka Tahun 2021*. Dinas Kesehatan Kabupaten Majalengka.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2021). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2019*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
- Enny, F. (2017). Buku Ajar Asuhan Kehamilan. In *BMC Public Health*.
- Fatonah, S. (2019). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 123. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1294>
- Hawari, D. (2017). *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*. Balai Penerbit FKUI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). Kemenkes. In *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniadi, H. (2018). *Stop! Gejala Penyakit Jantung Koroner, Kolesterol Tinggi, Diabetes Melitus, Hipertensi*. Istana Medis.
- Mardiah. (2018). Pengaruh Terapi Bekam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Rumah Sehat Ibnu Sina Palembang. *Jurnal Surya Medika*.
- Nuridah, N., & Yodang, Y. (2021). Pengaruh Terapi Bekam terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi: Studi Quasy Eksperimental. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(1), 53. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.62909>
- Nuryaningsih, & Fatimah. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. PT. Rineka Cipta.

- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Buku Fundamental Keperawatan*. Salemba Medika.
- Rufaida, Z. (2018). Terapi Komplementer. In *E-Book Penerbit STIKes Majapahit*.
- Sardaniah, S., Nurhasanah, H., & Marlena, F. (2020). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Pondok Pengobatan Alternatif Miftahusyifa Kota Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 2(2), 181–199. <https://doi.org/10.33369/jvk.v2i2.10697>
- Susanah, S., Sutriningsih, A., & Warsono. (2017). Pengaruh Terapi Bekam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Poliklinik Trio Husada Malang. *Journal Nursing News*, 2(1), 281–291.
- Tuti, M. (2019). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. CV Budi Utama.
- Varney. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Buku Kedokteran ECG.
- WHO. (2021). *Hypertension*. [https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab_1)
- Yulizawati et al. (2017). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil. In *Erka*.