



PENGARUH TERAPI MUSIK SAPE TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PENDERITA HIPERTENSI STAGE 1 DI POSYANDU LANSIA DESA MUARA PANGEAN KECAMATAN PESO KABUPATEN BULUNGAN

Febry Busri Palimbunga^{1*}, Edi Purwanto², Lukman Nulhakim³

^{1,2,3}Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur

Article Information

Article history:

Received March 25, 2023

Approved May 5, 2023

Keywords:

Sape, Music, Hypertension

Kata Kunci:

Sape, Musik, Hipertensi, Tekanan Darah

ABSTRACT

Hypertension is a health problem that is quite dangerous worldwide because hypertension is a major risk factor that leads to cardiovascular disease. Based on WHO data, it is estimated that currently the global prevalence of hypertension is 22% of the total world population. Of these sufferers, only less than a fifth make efforts to control their blood pressure. The purpose of this research to determine the effect of sape music therapy on reducing blood pressure in stage I hypertension sufferers at the Elderly Posyandu, Muara Pangean Village, Peso District, Bulungan Regency. The research design in this study was a quasi-experimental with pretest- posttest with control group design. The research was conducted from August to October 2022. The population in this study were all Stage I Hypertension sufferers who visited the Elderly Posyandu, Muara Pangean Village, Peso District, totaling 37 people. Determination of the sample using purposive sampling, the number of samples in this study as many as 11 people. The statistical test used is the Paired Independent T-Test. If t count (pvalue) <0.05 is obtained, then the hypothesis Ha is accepted and Ho is rejected. The effect of sape music therapy on reducing systolic blood pressure in stage I hypertension sufferers, (Sig.=0.017). The effect of sape music therapy on reducing diastolic blood pressure in stage I hypertension sufferers (Sig.=0.772). There is an influence of Sape Music Therapy on Reducing Systolic Blood Pressure in Stage I Hypertension Patients at the Elderly Posyandu, Muara Pangean Village, Peso District, Bulungan Regency. There was no effect of Sape Music Therapy on Reducing Diastolic Blood Pressure in Stage I Hypertension Patients at the Elderly Posyandu, Muara Pangean Village, Peso District, Bulungan Regency.

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia. Berdasarkan data WHO mengestimasi saat ini prevalensi Hipertensi secara global sebesar 22% dari total jumlah penduduk dunia. Dari jumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Tujuan penelitian ini untuk

mengetahui pengaruh terapi musik sape terhadap penurunan tekanan darah penderita hipertensi stage I Di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan. Desain penelitian pada penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan pretest-posttest with control group design. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus sampai dengan Oktober 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Hipertensi Stage I yang berkunjung ke Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso sebanyak 37 orang. Penentuan sampel menggunakan purposive sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 11 orang. Uji statistik yang digunakan adalah uji Independent T-Test Berpasangan. Apabila diperoleh t hitung (nilai pvalue) < 0,05, maka hipotesis Ha diterima dan Ho ditolak. Pengaruh terapi musik sape terhadap penurunan tekanan darah sistolik penderita hipertensi stage I, (Sig.=0,017). Pengaruh terapi musik sape terhadap penurunan tekanan darah diastolik penderita hipertensi stage I (Sig.=0,772). Terdapat pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi Stage I dan Tidak ada pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Diastolik Penderita Hipertensi Stage I di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan.

© 2022 SAINTEKES

*Corresponding author email: febry.asdy91@gmail.com

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena Hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) mengestimasi saat ini prevalensi Hipertensi secara global sebesar 22% dari total jumlah penduduk dunia. Dari jumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki. Prevalensi Hipertensi tertinggi sebesar 27% terdapat di

wilayah Afrika dan Asia Tenggara berada di posisi ke- 3 dengan prevalensi sebesar 25% terhadap keseluruhan total penduduk. (WHO, 2019). Data *European Society of Cardiology* (ESC) (2019) menunjukkan bahwa lebih dari satu miliar orang menderita Hipertensi di seluruh dunia. 30-45% dialami oleh orang usia dewasa, sementara pada orang yang berusia di atas 60 tahun sebanyak 60%. Sementara di Asia Tenggara, sebanyak 1,5 juta orang meninggal setiap tahunnya dikarenakan Hipertensi (Yunita et al., 2021).

Prevalensi Hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa jumlah penderita Hipertensi sejumlah 34,1%, dimana prevalensi tertinggi dialami oleh penderita berusia 55-64 tahun (55,2%), 65-74

tahun (63,2%) dan >75 tahun (69,5%) (Kemenkes RI, 2019). Provinsi Kalimantan Utara menempati urutan kesebelas setelah Sulawesi Utara dengan angka prevalensi tinggi. Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Utara Tahun 2019 mencatat prevalensi Hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di Kalimantan Utara tahun 2019 sebesar 41,6% sedangkan hasil Riskesdas 2018 sebesar 39,6%, mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas 2013 yaitu sebesar 29,4%. Kabupaten Bulungan termasuk ke dalam Provinsi Kalimantan Utara dengan prevalensi Hipertensi sebesar 19,2% (Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Utara, 2019).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Bulungan Tahun 2020 menunjukkan kasus Hipertensi di Kabupaten Bulungan berdasarkan kunjungan wilayah kerja Puskesmas Tanah Kuning (11,97%), Puskesmas Tanjung Selor (5,08%), Puskesmas Tanjung Palas (8,74%), Puskesmas Antutan (20,02%), Puskesmas Pimping (4,24 %), Puskesmas Bumi Rahayu (31,78%), Puskesmas Long Bang (16,21%), Puskesmas Long Beluah (6,56%), Puskesmas Salimbatu (6,48%), Puskesmas Long Bia (26,64%), Puskesmas Sekatak (15,72%), Puskesmas Bunyu (4,59%). Di antara puskesmas tersebut, Puskesmas Long Bia mengalami peningkatan kasus Hipertensi dari tahun 2020 sebanyak 410 kasus dan pada tahun 2021 sebanyak 542 kasus.

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Ni Luh Putu Dian Yunita Sari (2019) dengan judul *The Effect of Music Instrument Kacapi Suling "Ayun Ambing" Towards Reducing Blood Pressure of Hypertension* dalam penelitian ini menemukan bahwa terapi musik tradisional memberikan efek positif terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan Hipertensi dan temuan ini dijelaskan dengan jelas dengan Model Adaptasi Roy. Terapi musik tradisional memberikan efek positif dalam menurunkan darah lansia tekanan dengan Hipertensi. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Irma Herliana, Uswatun Hasanah, Dewi Arianti (2022) juga membuktikan dengan judul *The Effect of Music Instrument Kacapi Suling "Ayun Ambing" Towards Reducing Blood Pressure of Hypertension* menemukan bahwa Ada pengaruh kacapi suling “Ayun Ambing: musik instrumen terhadap penurunan tekanan darah sistolik pada penderita Hipertensi tetapi tidak berpengaruh terhadap tekanan darah diastolik.

Sape’ atau disebut juga sampe merupakan alat musik atau instrumen yang berasal dari suku Dayak Kenyah dan Kayan. Alat musik tradisional ini mulai mendunia dan disukai oleh dunia internasional, lantunan bunyi yang dikeluarkan dari sape’ lembut dan mudah untuk dijiwai. Sape’ menurut orang Dayak merupakan alat musik yang berfungsi untuk menyatakan perasaan, Berawal dari zaman Yunani kuno sampai saat ini, praktek penyembuhan berdasarkan getaran suara dan penyembuhan melalui musik masih berlangsung. Saat ini di

dunia barat, terapi melalui musik sangat populer, sedangkan di Indonesia atau musik timur, nenek moyang kita sudah menggunakan musik sebagai media penyembuhan. Alasan inilah, orang bijak memandang ilmu bunyi sebagai ilmu paling penting untuk digunakan dalam kondisi kehidupan sehari-hari untuk menyembuhkan, mengajar, mengembangkan, menyelesaikan segala sesuatu dalam hidup. (Amoris, 2015).

Terapi musik Sape' merupakan intervensi alami non invasive yang dapat diterapkan secara sederhana tidak selalu membutuhkan kehadiran ahli terapi, harga terjangkau dan tidak menimbulkan efek samping. Dengan terapi ini diharapkan dapat menurunkan tekanan darah pada Penderita Hipertensi.

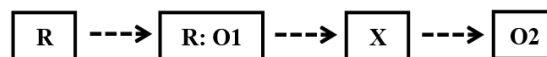
Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Terapi Musik Sape Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Stage I Di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan".

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan *two group pretest and posttest*. Menurut Notoatmodjo (2018), *one group pretest and posttest design* adalah rancangan dengan kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan *observers* pertama (*pretest*) memungkinkan menguji perubahan-

perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program).

Secara bagan, desain kelompok tunggal desain *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada bagan di bawah ini:



Keterangan :

R=Responden penelitian

O1=Nilai tekanan darah sebelum intervensi (*pretest*)

X=Intervensi terapi musik Sape

O2=Nilai tekanan darah sesudah intervensi (*posttest*)

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018). Sampel dalam penelitian ini adalah responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi dari populasi dan telah menandatangani *informed consent*.

Adapun kriteria yang dimaksud adalah kriteria inklusia dan eksklusi sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi

- a. Bersedia menjadi responden, bersedia mengikuti Terapi Musik Sape dan bersedia menandatangani *informed consent*,
- b. Tidak memiliki gangguan pada pendengaran,
- c. Responden merupakan penderita Hipertensi yang telah terdiagnosis oleh dokter puskesmas atau petugas kesehatan.

2. Kriteria Eksklusi

- a. Tidak hadir dalam Terapi Musik Sape,

- b. Responden mengkonsumsi obat Antihipertensi (malam),
- c. Responden yang dengan mendengarkan musik sape menimbulkan efek negatif yang merugikan bagi dirinya seperti pusing dan ketidaknyamanan lainnya,
- d. Responden yang tidak menyelesaikan rangkaian penelitian.

Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Kolmogorov Smirnov. Jika nilai p value $>0,05$ maka dikatakan data terdistribusi normal sedangkan, jika nilai p value $<0,05$ maka dikatakan data tidak terdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Pada penelitian ini peneliti melakukan uji homogenitas dengan menggunakan uji *Levene statistics*, dimana jika nilai Levene statistic $>0,05$ maka dapat dikatakan bahwa variasi data adalah homogen.

Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk mendeskripsikan setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari setiap variabel (Notoatmodjo, 2015).

Dalam penelitian ini analisis univariat ditampilkan dalam bentuk proporsi dari karakteristik (jenis kelamin, usia, suku, pendidikan, pekerjaan) yang menjadi responden. Selain itu, analisis univariat juga dilakukan pada variabel nilai tekanan darah.

Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji *Independent T-Test Berpasangan* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel. Uji *Independent T-Test Berpasangan* digunakan untuk menguji beda *mean* dari dua hasil pengukuran pada kelompok perlakuan dan kontrol. Jika asumsi tidak terpenuhi (data tidak terdistribusi normal), maka dapat digunakan uji alternatif *Mann Withney Test* (Dharma, 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan

Tahun 2022

No.	Karakteristik	Intervens		Kontrol	
		n	%	n	%
1	Jenis Kelamin				
	Laki-laki	6	54.5	5	45.5
	Perempuan	5	45.5	6	54.5
2	Usia				
	>80 tahun	0	0.0	1	9.1
	71-80 tahun	2	18.2	4	36.3
	59-70 tahun	6	54.5	2	18.2
3	47-58 tahun	3	27.3	4	36.4
	Pendidikan				
	Perguruan Tinggi	1	9.1	1	9.1
	SMA	6	54.5	7	63.6
4	SMP	3	27.3	1	9.1
	SD	1	9.1	2	18.2
	Pekerjaan				
	Petani	6	54.5	5	45.5
4	Karyawan Swasta	4	36.4	3	27.2
	PNS	0	0.0	1	9.1
	Guru	1	9.1	1	9.1
	Pensiunan	0	0.0	1	9.1
	Jumlah	11	100	11	100

Berdasarkan tabel 1 tentang karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi adalah laki-laki sebanyak 6 orang (54,5%) dan sebagian besar dari responden pada kelompok kontrol adalah perempuan sebanyak 6 orang (54,5%), usia menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi berusia 59-70 tahun sebanyak 6 orang (54,5%) dan hampir setengah dari responden pada kelompok kontrol masing-masing berusia 71-80 tahun dan 47-58 tahun sebanyak 4 orang (36,4%), pada kategori pendidikan menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi adalah SMA sebanyak 6 orang (54,5%) dan sebagian besar dari responden pada kelompok kontrol juga SMA sebanyak 7 orang (63,6%), sedangkan pada kategori pekerjaan menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi adalah petani sebanyak 6 orang (54,5%) dan hampir setengah dari responden pada kelompok kontrol juga petani sebanyak 5 orang (45,5%).

2. Gambaran nilai rata-rata tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah Terapi Musik Sape pada kelompok intervensi

Tabel 2. Gambaran sebaran nilai rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah Terapi Musik Sape pada kelompok intervensi di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Pesow Kabupaten Bulungan Tahun 2022

Tekanan Darah Sistolik	Mean	Median	SD	Min-	95% CI Maks
Sebelum Terapi Musik Sape	146,45	147,00	3,503	140-150	144,10-148,81
Sesudah Terapi Musik Sape	140,91	140,00	4,230	132-150	138,07-143,75

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape sebesar 146,45, dengan skor median sebesar 147,00 dan standar deviasi 3,503. Skor rata-rata tekanan darah sistolik sebelum Terapi Musik Sape terendah adalah 140 dan skor tertinggi adalah 150. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape diantara 144,10 sampai dengan 148,81. Rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape sebesar 140,91, dengan skor median sebesar 140,00 dan standar deviasi 4,230. Skor rata-rata tekanan darah sistolik sesudah Terapi Musik Sape terendah adalah 132 dan skor tertinggi adalah 150. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape diantara 138,07 sampai dengan 143,75.

Tabel 3. Gambaran sebaran nilai rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah Terapi Musik Sape pada kelompok intervensi di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan Tahun 2022

	Tekanan Darah Diastolik	Mean	Median	SD	Min- Maks	95% CI
Sebelum Terapi Musik Sape	90,45	90,00	1,753	87-93	89,28-91,63	
Sesudah Terapi Musik Sape	87,55	88,00	2,806	82-91	85,66-89,43	

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape sebesar 90,45, dengan skor median sebesar 90,00 dan standar deviasi 1,753. Skor rata-rata tekanan darah diastolik sebelum Terapi Musik Sape terendah adalah 87 dan skor tertinggi adalah 93. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape diantara 89,28 sampai dengan 91,63. Rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape sebesar 87,55, dengan skor median sebesar 88,00 dan standar deviasi 2,806. Skor rata-rata tekanan darah diastolik sesudah Terapi Musik Sape terendah adalah 82 dan skor tertinggi adalah 91. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape diantara 85,66 sampai dengan 89,43.

3. Gambaran nilai rata-rata tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum

dan sesudah Terapi Musik Sape pada kelompok kontrol

Tabel 4. Gambaran sebaran nilai rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah Terapi Musik Sape pada kelompok kontrol di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan Tahun 2022

	Tekanan Darah Sistolik	Mean	Median	SD	Min- Maks	95% CI
Sebelum Terapi Musik Sape	148,00	150,00	6,293	140-155	143,77-152,23	
Sesudah Terapi Musik Sape	146,00	148,00	4,940	140-152	142,68-149,32	

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape sebesar 148,00, dengan skor median sebesar 150,00 dan standar deviasi 6,293. Skor rata-rata tekanan darah sistolik sebelum Terapi Musik Sape terendah adalah 140 dan skor tertinggi adalah 155. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape diantara 143,77 sampai dengan 152,23. Rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape sebesar 146,00, dengan skor median sebesar 148,00 dan standar deviasi 4,940. Skor rata-rata tekanan darah sistolik sesudah Terapi Musik Sape terendah adalah 150 dan skor tertinggi adalah 152. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah sistolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape diantara 142,68 sampai dengan 149,32.

Tabel 5. Gambaran sebaran nilai rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia yang mengalami hipertensi sebelum dan sesudah Terapi Musik Sape pada kelompok kontrol di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan Tahun 2022

Tekanan Darah Diastolik	Mean	Median	SD	Min- Maks	95% CI
Sebelum Terapi Musik Sape	90,73	90,00	2,533	88-96	89,03-92,43
Sesudah Terapi Musik Sape	89,18	90,00	2,040	86-93	87,81-90,55

Pada tabel 5 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape sebesar 90,73, dengan skor median sebesar 90,00 dan standar deviasi 2,533. Skor rata-rata tekanan darah diastolik sebelum Terapi Musik Sape terendah adalah 88 dan skor tertinggi adalah 96. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sebelum Terapi Musik Sape diantara 89,03 sampai dengan 92,43. Rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape sebesar 89,18, dengan skor median sebesar 90,00 dan standar deviasi 2,040. Skor rata-rata tekanan darah diastolik sesudah Terapi Musik Sape terendah adalah 86 dan skor tertinggi adalah 93. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan 95% di yakini bahwa rata-rata tekanan darah diastolik pada lansia sesudah Terapi Musik Sape diantara 87,81 sampai dengan 90,55.

Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan adalah *Kolmogorov-Smirnov test*, dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 6. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov test

		TD	Keterangan	TD	Keteran
		Sistolik		Diastolik	gan
Kelompok Intervensi	Pre	0,200	Normal	0,200	Normal
	Post	0,091	Normal	0,067	Normal
Kelompok Kontrol	Pre	0,200	Normal	0,200	Normal
	Post	0,056	Normal	0,200	Normal

Hasil uji normalitas pada tabel 6 diperoleh hasil bahwa rata-rata lebih besar dari 0,05 atau $p > 0,05$, maka data dinyatakan terdistribusi normal, sehingga uji statistik bivariat yang digunakan adalah Uji *Paired T-Test*.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas yang digunakan adalah uji *Levene statistics test*, dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 7. Uji homogenitas Levene statistics test

		TD	Keterangan	TD	Keterangan
		Sistolik		Diastolik	
Intervensi dan Kontrol	Pre	0,004	Tidak Homogen	0,191	Homogen
	Post	0,136	Homogen	0,433	Homogen

Hasil uji homogenitas pada tabel 7 diperoleh hasil bahwa hanya data tekanan darah sistolik pada kelompok *Pretest* yang tidak homogeny, karena nilai *Levene statistics* lebih kecil dari 0,05 atau $p < 0,05$, sedangkan untuk data tekanan darah sistolik kelompok *posttest*, tekanan darah diastolik kelompok *pretest* dan *posttest* diperoleh nilai *Levene statistics* lebih

besar dari 0,05 atau $p > 0,05$ maka data dinyatakan homogen.

Tabel 8. Uji Paired T-test Pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Stage I di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Pesu Kabupaten Bulungan Tahun 2022

Tekana Darah	t	df	Sig. (2-tailed)
Sistolik	4,80	10	0,00
Diastolik	5,63	10	0,00

Tabel 8 menjelaskan hasil *Paired T-test* pada kelompok intervensi yakni tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah Terapi Musik Sape menunjukkan p -value (Sig.2-tailed) $0,00 < 0,05$, berarti H_a diterima yang artinya ada pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi Stage I. Tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah Terapi Musik Sape menunjukkan p -value (Sig.2-tailed) $0,00 > 0,05$, berarti H_a diterima yang artinya ada pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Diastolik Penderita Hipertensi Stage I.

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi adalah laki-laki sebanyak 6 orang (54,5%) dan sebagian besar dari responden pada kelompok kontrol adalah perempuan sebanyak 6 orang (54,5%).

Pria memiliki tekanan sistolik dan diastolik yang lebih tinggi dibandingkan wanita pada semua suku. Survey dari badan nasional

dan penelitian nutrisi melaporkan bahwa Hipertensi lebih mempengaruhi wanita dibandingkan pria. Menurut laporan sugiri di Jawa Tengah didapatkan angka prevalensi Hipertensi 6% pada pria dan 11% pada wanita (Anto, E. O., 2020).

Asumsi peneliti bahwa penyakit hipertensi pada lansia perempuan dikarenakan pada perempuan meningkat seiring dengan bertambahnya usia yang mana pada perempuan masa premenopause cenderung memiliki tekanan darah lebih tinggi daripada laki-laki penyebabnya wanita mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormon estrogen yang selama ini melindungi pembuluh darah dari kerusakan.

Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi berusia 59-70 tahun sebanyak 6 orang (54,5%) dan hampir setengah dari responden pada kelompok kontrol masing-masing berusia 71-80 tahun dan 47-58 tahun sebanyak 4 orang (36,4%).

Semakin bertambahnya usia, risiko terkena Hipertensi lebih besar sehingga prevalensi dikalangan usia lanjut cukup tinggi yaitu sekitar 40 % dengan kematian sekitar 50% di atas umur 60 tahun. Arteri kehilangan elastisitas atau kelenturan serta tekanan darah meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Peningkatan kasus Hipertensi akan berkembang pada umur lima puluhan dan enam puluhan. Kenaikan tekanan darah seiring bertambahnya usia merupakan keadaan biasa. Namun apabila

perubahan 7 ini terlalu mencolok dan disertai faktor-faktor lain maka memicu terjadinya Hipertensi dengan komplikasinya (Zielinska, 2020).

Asumsi peneliti bahwa Semakin bertambahnya usia seseorang resiko terkena hipertensi pun akan semakin meningkat. Hal ini terjadi karena kondisi alamiah yang ada pada tubuh yang mempengaruhi jantung, pembuluh darah dan hormon. Fungsi dari organ juga semakin menurun dengan bertambahnya usia.

Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan pendidikan menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi adalah SMA sebanyak 6 orang (54,5%) dan sebagian besar dari responden pada kelompok kontrol juga SMA sebanyak 7 orang (63,6%). Pendidikan berperan penting untuk menunjang pola pikir seseorang. Tingginya pendidikan akan berdampak pada cara pandang seseorang terhadap objek serta memiliki wawasan yang baik (Notoatmodjo, 2018).

Asumsi peneliti bahwa seseorang dapat terpapar informasi dengan baik tentang suatu penyakit dipengaruhi oleh pendidikan yang dia enyam. Semakin baik pendidikan seseorang maka pola pikir akan baik pula.

Hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan pekerjaan menunjukkan sebagian besar dari responden pada kelompok intervensi adalah petani sebanyak 6 orang (54,5%) dan hampir setengah dari responden pada kelompok kontrol juga petani sebanyak 5 orang (45,5%).

Lansia telah memasuki masa dimana telah secara bertahap maupun telah purna bekerja dalam urusan mencari nafkah serta berkarir. Mereka cenderung menghabiskan waktu dihari tua bersama keluarga tercinta (Zielinska, M. A., Magdalena, G., & Ewa, 2020).

Asumsi peneliti bahwa lansia tidak dapat lagi melakukan pekerjaan yang menggunakan fisik berlebih, karena semakin menurun kualitas gerak. Namun bila lansia kurang bergerak juga beresiko terkena hipertensi. Untuk mencegah hal tersebut, maka lansia sebaiknya tetap melakukan gerak sederhana namun yang tidak memforsir tenaga.

2. Pengaruh Terpi Musik Sape Terhadap Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi Stage I dan tidak ada pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Diastolik Penderita Hipertensi Stage I.

Hasil sejalan dengan Kholifah, (2021) Terdapat pengaruh terapi musik instrumental terhadap tekanan darah pada lansia Hipertensi di Panti Wredha Budhi Dharma Umbulharjo Yogyakarta. Demikian pula dengan penelitian Sari, (2019) bahwa terapi musik tradisional memberikan efek positif terhadap penurunan tekanan darah lansia dengan Hipertensi.

Dalam dunia kesehatan, musik digunakan untuk penanganan pasien berbagai usia dari

bayi, anak-anak, dewasa dan orang tua dalam penurunan kecemasan ketika di rawat dan membantu menimbulkan rasa rileks (Kartika, 2019). Dalam hal penurunan tekanan darah, diduga bahwa konsentrasi katekolamin plasma mempengaruhi pengaktifan simpato adrenergic dan menyebabkan terjadinya pelepasan hormon stress (Kartika, 2019). Mendengarkan musik dengan irama lambat akan mengurangi pelepasan katekolamin kedalam pembuluh darah, sehingga konsentrasi katekolamin dalam plasma menjadi rendah. Hal ini mengakibatkan tubuh mengalami relaksasi, denyut jantung berkurang dan tekanan darah menjadi turun (Kartika, 2019).

Asumsi peneliti terhadap Terapi Musik sape dapat mempengaruhi sistem saraf parasimpatis yang meregangkan tubuh dan memperlambat denyut jantung, serta memberikan efek rileks pada organ- organ tubuh sehingga menurunkan tekanan darah pada lansia.

Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini hanya dilakukan pengukuran tekanan darah lansia sebelum dan setelah Terapi Musik Sape, namun tidak dilakukan pengukuran terhadap pola hidup seperti asupan makanan, konsumsi alkohol, rokok, obesitas dan tingkat depresi lansia.

SIMPULAN

1. Terdapat pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Sistolik Penderita Hipertensi Stage I di Posyandu

Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan.

2. Terdapat pengaruh Terapi Musik Sape terhadap Penurunan Tekanan Darah Diastolik Penderita Hipertensi Stage I di Posyandu Lansia Desa Muara Pangean Kecamatan Peso Kabupaten Bulungan.

Para lansia diharapkan untuk terus rutin memeriksakan diri ke posyandu maupun pelayanan kesehatan lainnya dan bisa mendengarkan alunan Terapi Musik Sape.

Bagi peneliti lain yang tertarik dengan permasalahan ini disarankan untuk meneliti kembali dengan memperhatikan kelemahan-kelemahan yang ada, serta hasil ini dapat dipakai sebagai pertimbangan. Diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiska GS, C. A. (2019). Perbedaan penurunan tekanan darah sistolik lanjut usia Hipertensi yang diberi jus tomat (*Lycopersicum commune*) dengan kulit dan tanpa kulit. *J of Nutrition College*, 3(1), 158-62. Oto Rhino Laryngologica Indonesiana, 44(1), 69. <https://doi.org/10.32637/orli.v44i1.85>
- Anies. (2018). Penyakit Degeneratif. AR-Ruzz Media.
- Anto, E. O., Owiredu, W. K. B. A., Adua, E., Obirikorang, C., Fondjo, L. A., AnnaniAkollor, M. E., ... Donkor, S. (2020). Prevalence and lifestyle-related risk factors of obesity and unrecognized hypertension among bus drivers in Ghana. *Indonesian Journal of Health Development*, 1(6), 60–71.
- Arief, R. Q. (2022). Literature Review : The Role of Herbs As Anti Hypertension. 2(1), 51–59.

- Arif Mansjoer, D. (2020). Nefrologi dan Hipertensi (K. S. Kedokteran & J. I (eds.)). Media Aesculapius.
- Bianti, N. (2020). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/602>
- Copeland, I., Posey, J., Hashmi, S., Gupta, M., & Hanchard, N. (2018). Understanding the Genetic Etiology of Childhood Onset Essential Hypertension. *Journal of the American College of Cardiology*, *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 3(1), 153–164.
- Cortas K, et all. (2022). Hypertension. *Journal of Human Hypertension*, 159–165.
- Corwin., E. J. (2019). Buku Saku Patofisiologi (Terjemahan) [monograph online]. EGC.
- Dharma, K. K. (2015). Metodologi Penelitian Keperawatan. Trans Info Media (TIM).
- Divine, J. G. (2012). Program Olahraga Tekanan Darah Tinggi. Citra Aji Prama.
- Franklin W. Lusby, D. Z. (2018). Hypertensive Retinopathy.
- Gabriella, koloway christie brenda, Joshua, R., & Gerald, langi fima lanra fredrik. (2021). Sam Ratulangi. *Journal of Public Health*, 2(1), 7–13.
- Hoeymans N, Smit HA, Verkleij H, K., & Netherlands. (2021). Cardiovascular Risk Factors in Netherlands. *Eur Heart*. 16–24.
- Huang, W. C., Hsu, C. H., Sung, S. H., Ho, W. J., Chu, C. Y., Chang, C. P., ... Cheng, S., & M. (2019). TSOE guideline focused update on diagnosis and treatment of pulmonary arterial hypertension. *J. Journal of the Formosan Medical Association*, 12(3), 295–304.
- Huvat, yulius J. (2019). Dalam Budaya Masyarakat Suku Dayak. *Jurnal Musik*, 16.
- Kartika, imelda R. (2019). REAL in Nursing *Journal (RNJ)*. *Real in Nursing Journal*, 2(3), 137–143.
- Khotimah, N. K. (2018). Model Peningkatan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Pasien Hipertensi Berbasis Social Cognitive Theory Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bima. *Kesehatan Masyarakat, ilmu Perilaku Kesehatan*, 1–210.
- Marliana, T., Kaban, I. S., & Chasanah, U. (2019). Hubungan kecemasan lansia dengan Hipertensi di puskesmas kecamatan kramat jati jakarta j Timur. *Hubungan Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur*, 04(11), 306–311.
- Mayo Clinic. (2018). High Blood Pressure. *Jurnal Respirasi*, 2(2), 61. <https://doi.org/10.20473/jr.v2-i.2.2016.61-68>
- Nurjannah, N. (2020). Giving Watermelon Juice on the Reduction of Blood Pressure of Young Adult Hypertension. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(3), 135–146. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i3.112>
- Price, S. A. (2006). Penyakit Patofisiologis Konsep Klinis Proses. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Rubandiyah, H., & Nugroho, E. (2017). Higeia *Journal of Public Health*. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 625–634.
- Schroeder, E. C., DuBois, L., Sadowsky, M., & Hilgenkamp, T. I. M. (2020). Hypertension in Adults With Intellectual Disability: Prevalence and Risk Factors. *American Journal of Preventive Medicine*, 58(5), 603–637.
- Tiara, U. (2020). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi. In *Journal of Health Science and Physiotherapy* 2,.
- Whelton, P. K., Carey, R. M., Aronow, W. S., Casey, D. E., Collins, K. J., Himmelfarb, C. D., DePalma, S. M., Gidding, S., Jamerson, K. A., Jones, D. W., MacLaughlin, E. J., Muntner, P., Ovbiagele, B., Smith, S. C., Spencer, C. C., Stafford, R. S., Taler, S. J., Thomas, R. J., Williams, K. A., ... Hundley, J. (2018). 2017 ACC/AHA/AAPA/ABC/ACPM/AGS/APhA/ASH/ASPC/NMA/PCNA guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults a report of the American College of Cardiology/American Heart Association Task Force on Clinical pr. In *Hypertension (Vol. 71, Issue 6)*.

<https://doi.org/10.1161/HYP.000000000000065>

World Health Organization [WHO]. (2018). Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030: More Active People For A Healthier World. In World Health Organization (Vol. 28, Issue 6). <https://doi.org/10.1016/j.jpolmod.2006.06.007>

Yogiantoro., M. (2020). Hipertensi Esensial. Jakarta: Departemen Ilmu Penyakit Dalam

FKUI. International Journal of Pediatrics and Adolescent Medicine, 08(September), 599-601.

Zielinska, M. A., Magdalena, G., & Ewa, M. (2020). (2020). Dietary and Lifestyle Changes During COVID-19 and the Subsequent Lockdowns among Polish Adults : PLifeCOVID-19 Study. Faletehan Health Journal, 6(2), 64–68. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i2.68>