PERBEDAAN TEKANAN DARAH SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN TERAPI MUSIK KLASIK MOZART DAN MUROTTAL PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA GOLOKAN KECAMATAN SIDAYU KABUPATEN GRESIK

Sri Hananto Ponco. S.kep. Ns.M.kep *, Drs. Arfian Mudayan, S.E,M.Pd**, Mar'atuz zaahidah***

ABSTRAK

Lanjut usia merupakan suatu proses terjadinya kelemahan organ. Salah satu masalah kesehatan yang terjadi pada lanjut usia adalah hipertensi. Hipertensi didefinisikan dimana tekanan sistoliknya di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg.Peningkatan tekanan darah bisa menyebabkan stroke, infark miokard, gagal ginjal, gagal jantung, dan ensefalopati. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart dengan Murottal pada lansia penderita hipertensi di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

Desain penelitian yang digunakan adalah Pre-eksperimental design dengan pendekatan static group compsrison desing. Sampel sebanyak 20 responden.Metode sampling yang digunakan adalah Probability Sampling dengan teknik simple random sampling.Cara pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi tekanan darah. Data dianalisis menggunakan Uji t sampel independen dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Berdasarkan hasil pengujian dengan uji t (SPSS 16,0) pada tekanan darah sistolik menunjukkan nilai t = -4.711 dan p = 0,000 diamana $p < 0,05$, maka H1 diterima, artinya ada perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart dengan Murottal pada lansia penderita hipertensi di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi dan bahan usulan tenaga medis kepada masyarakat bahwa terapi musik klasik Mozart dengan murottal dapat digunakan sebagai obat alternatif dalam menurunkan tekanan darah selain obat anti-hipertensi.

Kata kunci : Musik klasik Mozart, Murottal, Hipertensi, Lansia.

ABSTRACT

Ageing is a process of occurance of the weakness of the organ. One of the health problems that occur in eldery are hypertension. Hypertension is defined where the pressure systolic above 140 mmHg and diastolic pressurenis above 90 mmHg. Increased bood pressure can cause damage to more severe such as stroke, myocardial infarction, renal failure, heart failure, and encephalopathy. This research aims to know the differences of blood pressure before and after the awarding of the Mozart classical music therapy with elderly hypertension sufferers Murottal in Golokan village Sub-district Sidayu Gresik Regency.

The research design used pre-experimental design with a static group approachcompsrison design. Samples many as 20 respondents. The sampling method used is a Probability sampling technique with simple random sampling. Ways of collecting data by using observation sheet of blood pressure. The data were analyze using independensampel t Test with significance lavel$\alpha = 0.05$.

Based on the results of testing with test t (SPSS 16.0) in systolic blood pressure shows a value of t =-4711 and p = 0.000 where $p< 0.05$, and H1 is accepted, this means that there is a difference of

blood pressure before and after the awarding of the Mozart classical music therapy with elderly hypertension sufferers Murottal on in the village of Golokan Sub-district Sidayu Gresik Regency. hoped this research can be used as additional information and materials proposed medical personnel to the community that Mozart classical music therapy with murottal can be used as an alternative medicine in lowering blood pressure in addition to anti-hypertension.

Keywords :*Mozart classical music, hypertension,Murottal, elderly*

1. Pendahuluan

Musik adalah bentuk seni yang paling subtil, namun berpengaruh besar terhadap pusat fisik dan jaringan saraf.Musik juga mempengaruhi system saraf parasimpatis atau otomatis, baik secara langsung maupun tidak langsung.Seluruh jagat raya tidak diragukan lagi bergetar pada frekuensi tertentu, dan kita juga ikut berpengaruh, tergantung pada respons saraf kita (Marry, 2015).

Word Music Therapy Federation mengemukakan definisi terapi musik yang lebih menyeluruh yaitu terapi musik adalah penggunaan musik dan atau elemen musik oleh seseorang terapis musik yang telah memenuhi kualifikasi, terhadap klien atau kelompok dalam proses membangun komunikasi, meningkatkan relasi interpersonal, belajar, meningkatkan mobilitas, mengungkapkan ekspresi, menata diri atau untuk mencapai tujuan terapi lainnya. Proses ini dirancang untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosi, mental, sosial, maupun kognitif dalam rangka upaya pencegahan, rehabilitasi, atau pemberian perlakuan. Bertujuan mengembangkan potensi dan atau memperbaiki individu, baik melalui penataan diri sendiri maupun dalam relasinya dengan orang lain, agar ia dapat mencapai keberhasilan dan kualitas hidup yang lebih baik (Djohan, 2006).

Kekuatan musik mozart menjadi perhatian masyarakat terutama melalui penelitian inovatif di Universitas of California pada awal tahun 1990.an, di Center for Learning and Memory di Irvine, sebuah tip penelitian mulai meninjau sejumlah efek Mozart terhadap anak anak dan para mahasiswa. Frances H.Rauscher, Ph.D., serta para koleganya mengadakan sebuah penelitian dimana tiga puluh enam mahasiswa tingkat sarjana dari departemen psikologi mendapatkan nilai delapan hingga sembilan angka lebih tinggi pada test IQ spasial (bagian dari skala kecerdasan stanford-binet) setelah mendengarkan karya mozart selama sepuluh menit. Meskipun efek itu hanya berlangsung sepuluh hingga lima belas menit (Don Campbell, 2003).

Mendengarkan Al-Qur’an adalah bertambahnya ketentraman jiwa, mengobati ketegangan urat saraf, dan mengobati sifat emosional, murka, cepat sembrono, dengan bertambahnya kemampuan dalam mengambil keputusan yang tepat, dan menghabisi segala ketegangan jiwa maupun saraf.Juga terjadi perbaikan dalam pengucapan dan kecepatan bicara, dan dapat mengubah kebiasaan-kebiasaan buruk seperti berlebihan dalam makanan, dan meninggalkan merokok (Kaheel, 2015).

Terapi murottal dan terapi music dapat menurunkan kecemasan, tetapi apakah terapimurottal itu lebih cepat menurunkan kecemasan dibandingkan terapi music belum diketahui, sehingga diperlukan penelitian tentang ketidak efektivan antara pemberian terapi pembacaan Al-Qur’an dengan terapi music terhadap penurunan kecemasan pada pasien pre-operasi (Dayat, 2012).

Penyakit darah tinggi atau hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditujukan oleh angka systolik atau bagian atas dan angka bawah atau diastolic pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa atau sphymomanometer ataupun alat digital lainnya (Rudianto, 2013).

Peningkatan tekanan darah bisa menyebabkan kerusakan lebih berat seperti stroke, infark miokard, gagal ginjal, gagal

jantung, dan ensefalopati. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart dengan Murottal pada lansia penderita hipertensi di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

2. Metodelogi penelitian

Desain penelitian yang digunakan ini adalah *Pre-eksperimental desing*dengan pendekatan *static group compsrison desing.* Sampel yang diambil sebanyak 20 responden dari 50 populasi atau 40%.Metode sampling yang digunakan adalah*Probability Sampling*dengan teknik*simple random sampling*.

Pengumpulan data dilakukan dengan cara peneliti datang ke polindes desa Golokan Sidayu Gresik untuk mencari data lansia penduduk yang menderita hipertensi. Peneliti akan menjelaskan kepada responden maksud dan tujuan penelitian serta meminta Persetujuan dengan cara menandatangani lembar persetujuan atau informed consent. Peneliti kemudian membagi responden menjadi dua kelompok, yang pertama mendapatkan perlakuan terapi musik klasik Mozart dan kelompok kedua mendapatkan perlakuan terapi Murottal. Setelah persiapan sudah siap, kemudian dilakukan pengukuran tekanan darah terlebih dahulu menggunakan sphygmomanometer yang akan diukur dibagian brakhialis dengan posisi duduk. Selanjutnya responden akan diberikan perlakuan dengan mengunakan terapi musik klasik Mozart dengan Murottal dan tahap akhir yaitu pengukuran kembali tekanan darah setelah beberapa menit diberikan perlakuan pada bagian brakhialis dengan posisi duduk, dan dilakukan monitoring setelah pemberian terapi music klasik Mozart dengan murottal selama tiga hari sekali selam satu bulan. Selanjutnya dievaluasi setelah pemberian terapi music klasik Mozart dengan murottal di bandingkan lebih efektif mana.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah mendengarkan terapi musik klasik Mozart dengan Murottal dengan media audio, disertai dengan pedoman SOP dan lembar chek list untuk menilai penurunan tekanan darah sesudah diberikan intervensi.

Data dikumpulkan dengan tabel data yang terdiri dari data umum tentang demografi dan data khusus tentang hasil pengisian lembar observasi lama penurunan tekanan darah (hipertensi), untuk mengetahui pengaruh mendengarkan musik klasik Mozart dengan Murottal posttest digunakan uji statistik *Uji t SAMPEL INDEPENDEN*, dan disajikan dalam bentuk tabel dan di analisis menggunakan program SPSS versi 16.

3. Hasil penelitian

A. Data umum

1. Jenis kelamin

Tabel 4.1 Distribusi Responden pemberian terapi musik klasik Mozart Berdasarkan Jenis Kelamin Di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik Tahun 2016.

Terapi musik Klasik Mozart			
No	Jenis kelamin	Frekuensi	Prosentase
1	Laki laki	2	20%
2	perempuan	8	80%
Jumlah		10	100%
Terapi Murottal			
no	Jenis kelamin	Frekuensi	Prosentase
1	Laki laki	5	50%
2	perempuan	5	50%
Jumlah		10	100%

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.1 pada kelompok perlakuan pemberian terapi musik klasik Mozart menunjukan sebagian kecil responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 2 responden (20%).Dan hampir seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 8 responden (80%).Sedangkan berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan pemberian terapi Murottal menunjukan setengah atau sebagian responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 5 responden (50%).Dan setengah atau sebagian seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 5 responden (50%).

2. Umur

Tabel 4.2 Distribusi Responden pemeberian terapi musik klasik Mozart Berdasarkan Umur Di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik Tahun 2016.

N	Mean	Std. deviation	Min	Mak	Sum
10	65.00	8.485	54	75	65.0

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.2 pada kelompok perlakuan pemberian terapi musik klasik Mozart berdasarkan umur di dapatkan bahwa rerata yaitu 65.00 dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 54 tahun dan nilai tertinggi yaitu 75 tahun.

Tabel 4.3 Distribusi Responden pemeberian terapi Murottal Berdasarkan Umur Di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik Tahun 2016.

N	Mean	Std. deviation	Min	Mak	Sum
10	60.40	4.526	55	68	604

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.3 pada kelompok perlakuan pemberian terapi Murottal berdasarkan umur di dapatkan bahwa rerata yaitu 60.40 dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 55 tahun dan nilai tertinggi yaitu 68 tahun.

1. Data khusus

Tabel 4.4 Distribusi Data Tekanan Darah sebelum pemberian terapi Musik klasik Mozart dan tekanan darah sebelum pemberian terapi Murottal di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Tahun 2016.

Terapi musik klasik Mozart				
N	Mean	Median	SD	Min
10	182.00	182.00	19.889	150
Terapi Murottal				
N	Mean	Median	SD	Min
10	172.00	170.00	13.166	160

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.4 pada kelompok perlakuan berdasarkan tekanan darah sebelum pemberian terapi musik klasik Mozart di dapatkan bahwa rerata yaitu 182.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 150 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 220 mmHg. Sedangkan berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan tekanan darah sebelum pemberian terapi Murottal di dapatkan bahwa rerata yaitu 172.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 160 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 200 mmHg.

Tabel 4.5 Distribusi Data Tekanan Darah sesudah pemberian terapi Musik klasik Mozart dan tekanan darah sebelum pemberian terapi Murottal di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Tahun 2016.

Terapi musik klasik Mozart				
N	Mean	Median	SD	Min
10	169.00	155.00	30.258	130
Terapi Murottal				
N	Mean	Median	SD	Min
10	126.50	125.00	7.472	120

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.5 pada kelompok perlakuan berdasarkan tekanan darah sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart di dapatkan bahwa rerata yaitu 169.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 130 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 220 mmHg. Sedangkan berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan tekanan darah sesudah pemberian terapi Murottal di dapatkan bahwa rerata yaitu 126.50 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 120 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 140 mmHg.

Tabel 4.6 Distribusi Data Tekanan Darah sebelum pemberian terapi Musik klasik Mozart dan tekanan darah sebelum pemberian terapi Murottal di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Tahun 2016.

Kelompok perlakuan	N	Mean	Median	SD	Min	Max	Beda Mean	Sig (2-tailed)
Kelompok pemberian terapi musik klasik Mozart								0.000
TD Pre	10	182	180	19.889	150	220	13.00	
TD Post	10	169	155	30.258	130	220		
Post inervensi	10	13	15	19.607	-30	35		
Kelompok pemberian terapi Murottal								
TD Pre	10	172	170	13.166	160	200	45.50	
TD Post	10	126.50	125	7.472	120	140		
Post inervensi	10	45.50	40	95.60	40	70		

Berdasarkan tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa hasil dari analisa di dapatkan bahwa rerata nilai tekanan darah sebelum dilakukan terapi musik klasik Mozart yaitu 182 mmHg, nilai tertinggi yaitu 220 mmHg dan nilai terendah yaitu 150 mmHg , dan tekanan darah setelah dilakukan terapi musik klasik Mozart rerata tekanan darahnya yaitu 169 mmHg, nilai tertinggi yaitu 220 mmHg dan nilai terendah yaitu 130 mmHg, dan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi musik klasik Mozart selisih rerata tekanan darahnya yaitu 13.00 mmHg, nilai tertinggi yaitu 35 mmHg dan nilai terendah yaitu -30 mmHg. Sedangkan berdasarkan rerata nilai tekanan darah sebelum dilakukan terapi Murottal yaitu 172 mmHg, nilai tertinggi yaitu 200 mmHg dan nilai terendah yaitu 160 mmHg , dan tekanan darah setelah dilakukan terapi Murottal rerata tekanan darahnya yaitu 126.50 mmHg, nilai tertinggi yaitu 140 mmHg dan nilai terendah yaitu 120 mmHg, dan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi Murottal selisih rerata tekanan darahnya yaitu 45.50 mmHg, nilai tertinggi yaitu 70 mmHg dan nilai terendah yaitu 40 mmHg. Dengan beda rerata setelah tindakan terapi musik klasik Mozart yaitu 13.00 dan tindakan terapi Murottal yaitu 45.50 dengan sing. (2-tailed) = 0.000, yang berarti terdapat perbedaan tindakan antara kelompok terapi musik klasik Mozart dengan terapi Murottal setelah perlakuan.

setelah perlakuan.

4. Pembahasan

4.1 Tekanan Darah Sebelum Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Dan Murottal pada lansia penderita hipertensi di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.4 pada kelompok perlakuan berdasarkan tekanan darah sebelum pemberian terapi musik klasik Mozart di dapatkan bahwa rerata yaitu 182.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 150 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 220 mmHg. Sedangkan berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan tekanan darah sebelum pemberian terapi Murottal di dapatkan bahwa rerata yaitu 172.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 160 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 200 mmHg, hal ini kemungkinan disebabkan oleh faktor jenis kelamin dan faktor usia.

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.1 pada kelompok perlakuan pemberian terapi musik klasik Mozart menunjukan sebagian kecil responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 2 responden (20%).Dan hampir seluruhnya r1esponden berjenis kelamin perempuan sebanyak 8 responden (80%).Sedangkan hasil analisa pada kelompok perlakuan pemberian terapi Murottal menunjukan setengah atau sebagian responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 5 responden (50%). Dan setengah atau sebagian seluruhnya responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 5 responden (50%).Berdasarkan hasil analisa tabel 4.2 pada kelompok kontrol pemberian terapi musik klasik Mozart berdasarkan umur di dapatkan bahwa rerata yaitu 65.00 dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 54 tahun dan nilai tertinggi yaitu 75 tahun. Dan berdasarkan hasil analisa tabel 4.3 pada kelompok kontrol pemberian terapi Murottal berdasarkan umur di dapatkan bahwa rerata

yaitu 60.40 dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 55 tahun dan nilai tertinggi yaitu 68 tahun.

Lansia perempuan lebih sering menderita hipertensi dari pada lansia laki-laki karena lansia perempuan mengalami menopouse. Perempuan yang mengalami menopouse kadar hormon esterogen dalam tubuhnya mengalami penurunan, sedangkan hormon esterogen itu sendiri mempunyai peran dalam menjaga kondisi pembuluh darah. Dari hasil kajian ilmiah perempuan yang berusia 55 tahun keatas cenderung akan mengalami hipertensi karena faktor hormonal yaitu terjadinya menoupose. Menurut Yulianti (2006), hasil Survei Kesehatan Rumah Tangga atau SKRT tahun 1995 menunjukkan bahwa prosentase perempuan menderita hipertensi lebih besar dari pada laki-laki pada usia lebih dari 50 tahun, dan prosentase laki-laki lebih besar dibanding perempuan pada usia kurang dari 50 tahun. Ini terjadi karena perempuan terlindung dari penyakit kardiovaskuler sebelum menopouse. Perempuan yang belum mengalami menopouse dilindungi oleh hormon esterogen yang berperan dalam meningkatkan kadar*High Density Lypoprotein* atau HDL. Kadar kolesterol HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses arterosklerosis. Pada premenopouse perempuan mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormon esterogen yang selama ini melindungi pembuluh darah dari kerusakan. Proses ini terus berlanjut dimana hormon esterogen tersebut berubah kuantitasnya sesuai dengan umur perempuan secara alami atau menopouse yang umumnya mulai terjadi pada perempuan usia 45-55 tahun. Jadi semakin tua usia perempuan maka semakin besar resiko untuk terkena penyakit hipertensi.

Responden lansia dipilih karena kelompok usia lanjut banyak mengalami hipertensi. Hal ini karena tubuh lansia mengalami penurunan baik fungsi ataupun strukturnya Dari hal tersebut diketahui bahwa sebagian besar masyarakat yang menderita hipertensi mayoritas perempuan dan berusia diatas 50 tahun atau lebih, hal tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh terjadinya menopause, kegelisahan dan stress, stress merupakan salah satu faktor yang sangat banyak dialami penderita darah tinggi , apabila seseorang mengalami stress berkepanjangan sehingga bisa meningkatkan hormone adrenalin sehingga jantung memompa lebih cepat. Pola makan juga mempengaruhi, sebagian masyarakat kebanyakan tidak memperhatikan pola makannya, pola makan yang buruk sangatlah tidak baik bagi kesehatan.

4.2 Tekanan Darah Sesudah Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Dan Murottal pada lansia penderita hipertensi di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

Berdasarkan hasil analisa tabel 4.5 pada kelompok perlakuan berdasarkan tekanan darah sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart di dapatkan bahwa rerata yaitu 169.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 130 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 220 mmHg. Sedangkan berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan tekanan darah sesudah pemberian terapi Murottal di dapatkan bahwa rerata yaitu 126.50 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 120 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 140 mmHg.

Menurut dr. Yuda Turana, Sp.S., Pengajar Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran Atma Jaya, sekaligus Kepala Pusat Penelitian Kesehatan Atma Jaya, semua jenis musik sebenarnya dapat digunakan sebagai terapi, seperti lagu-lagu relaksasi, lagu populer, maupun lagu atau musik klasik. Akan tetapi, yang paling dianjurkan menurutnya adalah musik atau lagu dengan tempo sekitar 60 ketukan permenit yang bersifat rileks.

Musik klasik sering kali menjadi acuan untuk terapi musik. Di antara musik musik klasik yang sering menjadi acuan untuk mengatasi stres dan kecemasan melalui terapi musik, salah satunya adalah musik-musik karya Mozart, karena hampir semua karya Mozart memiliki nad nada dengan frekuensi

tinggi, rentang nada yang begitu luas dan tempo yang dinamis.

Penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa penurunan tekanan darah (hipertensi) dapat disembuhkan dengan music klasik. Dari hasil penelitian penurunan tekanan darah dengan terapi music klasik rata-rata tekanan darah responden sebelum dan sesudah diberikan terapi music klasik yaitu tekanan darah sistolik 148.82 mmHg menjadi 138.82 mmHg dan diastolik 90.59 mmHg menjadi 84.31 mmHg (Finasari, 2014).

Mendengarkan musik merupakan salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan hipertensi, dengan nada yang lembut seperti musik klasik jantung akan berdetak lebih pelan, otak serta tubuh akan lebih santai dan memperlancar pernafasan sehingga dapat mengurangi stress seseorang yang bisa menyebabkan terjadinya hipertensi.

Murottal merupakan rekaman suara Al-Qur'an yang dilagukan oleh seorang qori' (pembaca Al-Qur'an).Lantunan Al-Qur'an secara fisik mengandung unsur suara manusia, sedangkan suara manusia merupakan instrumen penyembuhan yang menakjubkan dan alat yang paling mudah dijangkau. Suara dapat menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan perasaan rileks, dan mengalihkan perhatian dari rasa takut, cemas dan tegang, memperbaiki sistem kimia tubuh sehingga menurunkan tekanan darah serta memperlambat pernafasan, detak jantung, denyut nadi, dan aktivitas gelombang otak. Laju pernafasan yang lebih dalam atau lebih lambat tersebut sangat baik menimbulkan ketenangan, kendali emosi, pemikiran yang lebih dalam dan metabolisme yang lebih baik (Heru, 2008).

Penelitian sebelumnya(Ika wahyu, 2015) menjelaskan bahawa penurunan tekanan darah dapat disembuhkan dengan mendengarkan Al-Qur'an suirat Ar-rohman. Dari hasil penelitian penurunan tekanan darah dengan terapi Murottal sampel dalam penelitian adalah 24 lansia penderita hipertensi, responden sebelum diberikan terapi Murootal surat Ar-rohma rerata 151,88 mmHg dan 9.980 mmHg, sedangkan setelah dilakukan terapi rerata dan standar deviasi sistolik 139.42 mmHg dan 11,568.

Berdasarkan hasil analisa diatas terapi murottal dapat menurunkan tekanan darh tinggi, hal ini kemungkinan karena ayat-ayat dalam surat Al-Qur'an dapat menurunkan hormone stress dan bisa meningkatkan perasaan rileks dan juga bisa mengalihkan perasaan cemas, takut dan tegang.

4.3 Perbedaan Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Pemberian Terapi Musik Klasik Mozart Dan Mozart Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

Berdasarkan tabel 4.6 dapat disimpulkan bahwa hasil dari analisa di dapatkan bahwa rerata nilai tekanan darah sebelum dilakukan terapi musik klasik Mozart yaitu 182 mmHg, nilai tertinggi yaitu 220 mmHg dan nilai terendah yaitu 150 mmHg , dan tekanan darah setelah dilakukan terapi musik klasik Mozart rerata tekanan darahnya yaitu 169 mmHg, nilai tertinggi yaitu 220 mmHg dan nilai terendah yaitu 130 mmHg, dan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi musik klasik Mozart selisih rerata tekanan darahnya yaitu 13.00 mmHg, nilai tertinggi yaitu 35 mmHg dan nilai terendah yaitu -30 mmHg. Sedangkan berdasarkan rerata nilai tekanan darah sebelum dilakukan terapi Murottal yaitu 172 mmHg, nilai tertinggi yaitu 200 mmHg dan nilai terendah yaitu 160 mmHg , dan tekanan darah setelah dilakukan terapi Murottal rerata tekanan darahnya yaitu 126.50 mmHg, nilai tertinggi yaitu 140 mmHg dan nilai terendah yaitu 120 mmHg, dan tekanan darah sebelum dan setelah dilakukan terapi Murottal selisih rerata tekanan darahnya yaitu 45.50 mmHg, nilai tertinggi yaitu 70 mmHg dan nilai terendah yaitu 40 mmHg. Dengan beda rerata setelah tindakan terapi musik klasik Mozart yaitu 13.00 dan tindakan terapi Murottal yaitu 45.50 dengan sing. (2-tailed) = 0.000, yang berarti terdapat perbedaan tindakan antara kelompok terapi musik klasik Mozart dengan terapi Murottal setelah perlakuan.

Musik klasik Mozart rangkaian bunyi bunyian indah itu ternyata memiliki efek luar biasa untuk penderita kesehatan tubuh, Bahkan music dapat menjadi terapi mujarab bagi penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang didiskusikan para pakar kesehatan di New Orleans baru baru ini, terapi music selama 30 menit sehari terbukti mampu menggantikan terapi obat obatan hipertensi. (Dayat, 2012).

Penelitian dilakukan terhadap 48 penderita hipertensi berusia 45-70 tahun. Sebanyak 28 orang di antaranya diminta mendengarkan musik klasik atau musik tradisional india selama 30 menit sehari. Sedangkan 20 orang lainnya dibiarkan melakukan aktivitasnya seperti biasa.Hasilnya setelah melakukan terapi music selama sebulan, tekanan darah 28 penderita hipertensi menjadi normal.sedangkan tekanan darah 20 penderita hipertensi yang tidak melakukan terapi masih terukur tinggi (Dayat, 2012).

Pemberian terapi untuk menghasilkan efek yang diinginkan belum memiliki pedoman waktu yang baku. Pemberian terapi musik dengan jenis music yang tepat dan diberikan pada pasien yang tepat tidak akan memberikan efek yang membahayakan, walaupun diberikan dalam waktu yang singkat dapat memberikan efek positif bagi pasien (Mucci & Mucci,2002).

Meskipun pada penelitian ini hampir sebagian besar penderita hipertensi mengalami penurunan tekanan darah, namun beberapa penderita hipertensi juga mengalami peningkatan tekanan darah. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya yaitu faktor genetik, usia, jenis kelamin, merokok, obesitas, gaya hidup, kelebihan garam, kafein, alkohol dan stres. Adapun riwayat keluarga atau pengaruh genetik Berdasarkan penelitian eksperimental, diketahui bahwa respon tekanan darah manusia terhadap garam diturunkan secara genetik.(Casey, 2012).

Menurut Taylor, Lilis dan Le Mone (1997), nilai dari keyakinan agama tidak dapat dengan mudah dievaluasi. Walaupun demikian pengaruh keyakinan tersebut dapat diamati oleh tenaga kesehatan dengan mengetahui bahwa individu cenderung dapat menahan distress fisik yang luar biasa karena mempunyai keyakinan yang kuat. Klien akan mengikuti semua proses penyembuhan yang memerlukan upaya luar biasa, karena keyakinan bahwa semua upaya tersebut akan berhasil. Sejalan dengan teori yang dikemukakan

Hal ini sejalan dengan pernyataan (Ernawati, 2013) bahwa mendengarkan Al-Qur'an akan memberikan efek ketenangan dalam tubuh sebab adanya unsure meditasi autosugesti dan relaksasi yang terkandung didalamnya. Didalam Al-Qur'an telah diturunkan ayat sebagai berikut *"Dan apabila dibacakan Al-Qur'an maka dengarlah baik-baik dan perhatikan dengan tenang agar kamu mendapat rahmat."* (Al-A'raf : 204).

Pada awalnya tidak banyak yang mengetahui hubungan antara kondisi psikologis dengan keadaan fisik. Namun belakangan ini mulai bnyak yang menyadari adanya hubungan antara stress psikologis dengan kondisi kesehatan fisik. Hal ini telah dibuktikan dengan penelitian yang ada, salah satunya adalah hasil penelitian dari *University College of London* yang menunjukan bahwa orang yang yang memiliki stress akibat tekanan pekerjaan atau yang lainnya memiliki resiko sindrom gangguan metabolik yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki tekanan. Oleh sebab itu diperlukan tehnik-tehnik tertentu untuk mengurangi stress atau relaksasi. Walaupun sedikit bukti yang menunjukan adanya hubungan berarti antara tehnik relaksasi dengan penurunan angka kejadian hipertensi dan stroke, namun tehnik yang berhubungan dengan keyakinan sebagai objek meditasi. Manfaat yang didapat dari relaksasi yang melibatkan keyakinan yang dianut adalah dapat mempercepat terjadinya rilaks dan penyembuhan (Purwanto, 2006)

Berdasarkan penelitian diatas dapat disimpulakan lebih efektif terapi Murottal dari pada terapi musik klasik Mozart, karena kita hidup di lingkungan yang mayoritas muslim yang setiap harinya lebih akrab dengan al-Qur'an, juga terlebih lagi

responden yang saya teliti adalah lansia, dimana mereka masih asing dengan musik klasik atau instrument mozart. Dan cenderung lebih bisa menerima dengan mudah lantunan al-Qur'an.Peneliti juga sependapat bahwa lantunan suara Al-Qur'an (Murottal) dan Musik klasik Mozart mempunyai manfaat yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan, karena mengandung unsur meditasi, autosugesti dan relaksasi.Terapi murottal dan terapi musik klasik Mozart ini juga merupakan terapi tanpa efek samping yang aman dan mudah sehingga dapat dilakukan secara rutin oleh lansia sebagai terapi mandiri di rumah.

5. Kesimpulan dan saran

5.1 Simpulan

Setelah peneliti menganalisa data dan melihat hasil analisa maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1) Berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan berdasarkan tekanan darah sebelum pemberian terapi musik klasik Mozart di dapatkan bahwa rerata yaitu 182.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 150 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 220 mmHg. Sedangkan berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan tekanan darah sebelum pemberian terapi Murottal di dapatkan bahwa rerata yaitu 172.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 160 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 200 mmHg.
2) Berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan berdasarkan tekanan darah sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart di dapatkan bahwa rerata yaitu 169.00 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 130 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 220 mmHg. Sedangkan berdasarkan hasil analisa pada kelompok perlakuan tekanan darah sesudah pemberian terapi Murottal di dapatkan bahwa rerata yaitu 126.50 mmHg dari jumlah 10 responden, nilai terendah yaitu 120 mmHg dan nilai tertinggi yaitu 140 mmHg.
3) Terdapat perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart dan Murottal kepada lansia penderita hipertensi dengan signifikan yaitu p = 0,000.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas maka ada beberapa upaya yang perlu diperhatikan :

5.2.1 Bagi Akademis

Sebagai bahan masukan guna menambah wawasan sekaligus bahan bacaan bagi mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan tentang perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian terapi musik klasik Mozart dengan Murottal pada lansia penderita hipertensi di Desa Golokan Kecamatan Sidayu Kabupaten Gresik.

5.2.2 BagiMasyarakat

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan tentang manfaat terapi musik klasik Mozart dengan Murottalterhadap penurunan tekanan darahpada lansia penderita hipertensi.

5.2.3 Bagi Tenaga Medis

Sebagai tambahan informasi tentang manfaat pengobatan alternative khususnya mengenai manfaat terapi musik klasik Mozart dengan Murottal terhadap penurunan tekanan darahpada lansia penderita hipertensi, sehingga dapat digunakan sebagai bahan usulan tenaga medis kepada para penderita hipertensi bahwa dengan mendengarkan musik klasik Mozart dengan Murottal juga dapat digunakan sebagai obat alternatif dalam menurunkan tekanan darah selain obat anti-hipertensi.

6. Daftar Pustaka

Bassoon, Marry. (2015). *Terapi Musik dan warna.*Yogyakarta : Araska.

Cambell, Don. (2003). *Efek Mozart memanfaatkan kekuatan music untuk mempertajam pikiran, meningkatkan kreativitas dan menyehatkan tubuh.*Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

Casey, R N Aggie. (2012). *Menurunkan Tekanan Darah* .Jakarta : Bhuana Ilmu Populer.

Djohan. (2006). *Terapi Musik : Teori dan aplikasi*. Yogyakarta : Galangpress.

Ernawati.(2013).PengaruhMendengarkan Murottal Q.S Ar-Rahman Terhadap Pola Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi diRumah Sakit Nur Hidayah Yogyakarta.Universitas Yogyakarta (KTI).

Finasari, Tri Yuli. (2014). *Perbedaan terapi musik klasik dan musik yang disukai*. jurnal keperawatan , 1-11.

Heru.(2008). *Pemahaman Isi Dan Kandungan Al Quran /2012/10/13/pemahaman-isi-dan-kandungan-AlQuran.html*.diakses 17 November 2015 jam20.00wib.

Kaheel, Abdeddaem. (2015). *Obati Dirimu Dengan Al-Qur'an.*Tangerang : Iniperbesa.

Mucci, Rinhard & Kate Mucci. (2002). *The Healing Sound Of Music :* Manfaat Musik Untuk Kesembuhan, Kesehatanm Dan Kebahagiaan Anda. Jakarta : Gramedia Pustaka Umum.

Rudianto, Budi F. (2013). *Menakhlukan Hipertensi dan Diabetes Mendeteksi, Mencegah Dan Mengobati Dengan Cara Medis Dan Herbal*. Yogyakarta: Sakkhasukma.

Suryana, Dayat. (2012). *Terapi Musik Ebook Therapy*. Yogyakarta: Wsit.

Yulianti, Sufrida Dkk. (2006).*30 Ramuan Penakluk Hipertensi.*Depok: PT. Agro Media Pustaka.